Integramă de **M. ALBU**

EXPRIMĂRI

ZI DE ARŞIŢĂ / ELOCVENŢI		ARMATELE AERULUI / CATEGORICĂ	A	PREFIXUL OPOZIŢIEI / LA PIAN!		AFIRMAŢIE / VECHI GRUPĂRI PRIMITIVE		LA NIVELUL SOLULUI / COTĂ-PARTE	J	SUBSTANŢE DE LEGĂTURĂ / CEREMONIAL	
			V						O		
PANTALONI CU DUNGULIŢE / ŞPAGĂ	C	A	L'	C	A	T	CONTINENT URIAŞ / A FACE PLASAMENT	A	S	I	A
			O	INDIVIZI NECUNOSCUŢI / A ACCEPTA SCUZELE					MARGINI DE TEREN! / SOARE-RĂSARE		
OFERIŢI / INDICĂ O POZIŢIE			A		A REZISTA ÎN TIMP / STRÂNSĂ ÎN ŞURUB				E	AUTOMOBILE CU CONTOARE PENTRU PASAGERI	
		SCOS ÎN RELIEF / A FI INSISTENT	N		Ş			A FI INFORMAT / INDIVID NECUNOSCUT	S	T	I
	COLOANĂ VERTEBRALĂ / PUBLICAŢIE STATISTICĂ		E		A	A NU ŢINE MINTE / SPECIFIC	U	A	T	A	PÂINE PENTRU ŞAORMA
			URIAŞ DIN MITOLOGIE / A CREŞTE CIORBA		I			L	XEMA LUPU / ATOMIZOR CU INSECTICID	X	L
ETAJ / BOGAŢII BOGAŢILOR / MONEDA UE					B		A SE ARĂTA TIMID / NECESAR, RESPIRAŢIE	A		I	I
E	U	R	O	BĂUTURA TUTUROR / MIEZ DE PITA!	A	P	A	ATACĂ LA STÂNA / SCAUN PE BICICLETĂ	L	U	P
A POLEI SCUMP / NOBILIME					SOLUŢII DE SCĂPARE DINTR-O ÎNCURCĂTURĂ		E			R	I
							E			I	E

Umor

☺ *Un fiu de bogătaş a venit la studii. Ca să vadă dacă s-a obişnuit, tatăl său îl sună:*

– Bună fiule! Ce faci? Te-ai obişnuit?

– În general da, numai că îmi e puţin jenă când eu vin la şcoală cu Mercedes-ul de ultimul răcnet şi profesorul coboară din tramvai!

După câteva zile tatăl său îi trimite o scrisoare: „Ai aici un cec de 1 milion de euro. Ia-ţi şi tu un tramvai şi nu ne face familia de râs."

☺ *Într-un compartiment de tren urcă un vânător şi îşi aşază arma pe genunchi, cu ţeava îndreptată spre vecinul din faţa lui.*

Acesta îi atrage atenţia:

– Aveţi grijă, să nu se descarce din greşeală!

– Nu-i nici o problemă, răspunde vânătorul, o încarc din nou.

☺ *Un studiu recent al cercetătorilor români arată că 100% din accidentele de circulaţie sunt din vina femeilor: 55% când sunt la volan şi 45% când se plimbă pe stradă îmbrăcate provocator.*

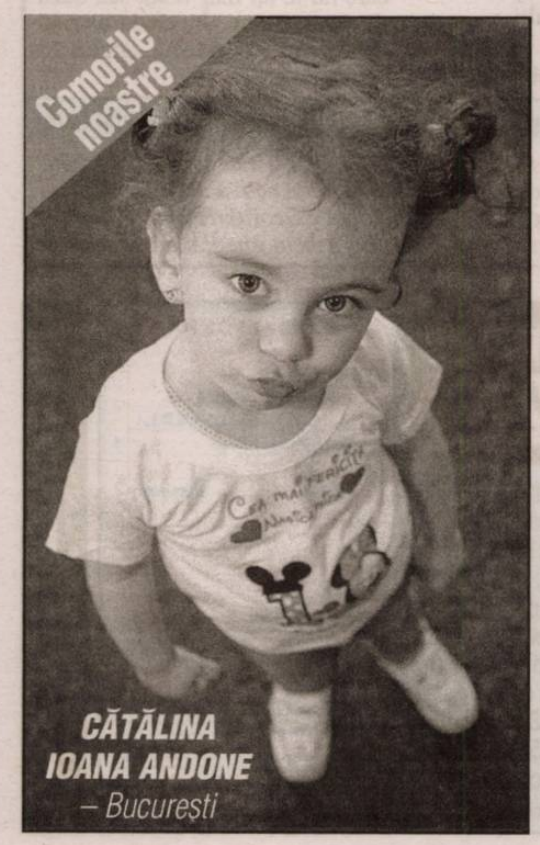
☺ *O doamnă se adresează vânzătoarei la magazinul de parfumuri:*

– Aş dori un parfum care să îl înnebunească pe soţul meu.

– Poftiţi, acesta.

– E sexy?

– Nu, este cel mai scump parfum pe care îl avem în stoc.



SUDOKU

jocul săptămânii: 22

	3	6	4	5	9	2		
	7	2					6	
				7	6			
4					8			7
				4				
8			7					9
			8	1				
	8					5	3	
		4	3	6	7	8	9	

Soluţia în numărul viitor

Soluţia «SUDOKU» – jocul săptămânii 21

8	5	9	1	4	2	7	3	6
7	2	4	3	6	9	8	1	5
6	3	1	8	5	7	4	2	9
1	9	7	4	8	6	3	5	2
3	6	2	7	1	5	9	8	4
5	4	8	9	2	3	6	7	1
9	1	5	6	7	8	2	4	3
4	8	3	2	9	1	5	6	7
2	7	6	5	3	4	1	9	8

Soluţia integramei „TENDINŢE"

Orizontal: C - Z - R - D - L - C - POSIBILITATI - INALTI - ONOR - BOUR - UNITARI - TRISA - SIR - P - BI - SILIT - ITI - I - ETC - DELIR - SUR - AMETI - AO - LESNE - INMII - OT - TAIA - IOLE - ICAR - CRATER - AMENINTATORI.

Verificaţi-vă cunoştinţele!

Ceasornicul

1. Ce se înţelege, de obicei prin ceasornic?
2. Ce se înţelegea în Grecia antică prin gnomon, obiect introdus de filozoful Anaximene din Milet?
3. Care este cel mai cunoscut şi considerat cel mai mare ceas din lume?
4. Ce poet român (1936-1996) a publicat volumul de versuri „Moartea ceasului"?
5. Ce compozitor şi violonist român (1889-1949) a compus piesa pentru vioară „Ceasornicul"?
6. Ce pictor român (1871-1956) a pictat tabloul „Natură moartă cu ceas"?
7. Cine a realizat filmul „Misterul ceasului din perete" („The House with a Clock in its Walls")?

Răspunsurile din numărul trecut

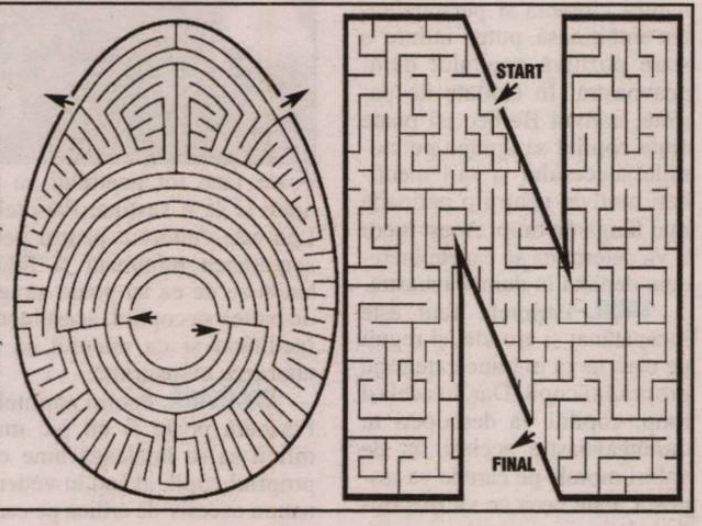
1) Zeiţa romană Cunina ocrotea pruncii din leagăn. 2) Zeiţa mongolă Umai avea în grijă copiii lumii. 3) Sfântul Anton de Padova este socotit de biserica romano-catolică ocrotitorul copiilor. 4) Piesa de teatru „Copiii Soarelui" a fost scrisă de Maxim Gorki (1868-1936). 5) Lucrarea simfonică numită „Copilăria lui Iisus Hristos" aparţine compozitorului francez Hector Berlioz (1803-1869). 6) Tabloul „Băiatul în albastru" poartă semnătura lui Thomas Gainsborough. 7) Filmele pentru copii „Veronica" şi „Veronica se întoarce" au fost realizate în regia Elisabetei Bostan.

Poşta cititorilor Pentru întrebările cu tema „Flori" am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamţ; *Mioara Popa,* Iaşi; *Monica Vlad,* Timişoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Braşov; *Oana Popescu,* Ploieşti; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* şi *Luminiţa Popescu,* Bucureşti; *Ing. Ion Ciocşan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galaţi; *Ing. Mihai Călcăianu* şi *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuş-Bihor; *Prof. Marin Ştefan,* Şimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* şi *Prof. Mihai Piscureanu,* Bucureşti.

✉ Aşteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercaţi să rezolvaţi labirinturile.



Sfaturi practice

● Tapiţeriile din pluş sau catifea se curăţă folosind un amestec din 1 litru de apă şi 1 lingură cu amoniac.

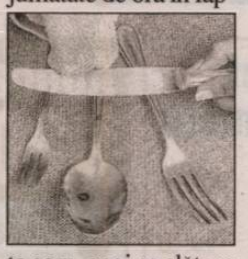
Se foloseşte o perie înmuiată în lichid şi se freacă zona respectivă împotriva direcţiei perilor materialului. Se lasă să se usuce, apoi se şterge cu o piele de căprioară.

● Frunzele de roşii atârnate în buchetele alungă ţânţarii şi viespile.

● Teracota albă se curăţă dacă se freacă bine cu lămâie, insistând în locurile cu pete. Se şterge apoi cu o cârpă moale.

● Zgârieturile de pe suprafeţele de sticlă se scot frecându-le cu pastă de dinţi.

● Tacâmurile de argint se curăţă mai uşor dacă se lasă o jumătate de oră în lapte acru, apoi se clătesc în apă caldă şi se şterg repede pentru a nu se păta.



● Podeaua din lemn nevopsit se curăţă cu o infuzie de muşeţel. După spălare va căpăta o nuanţă aurie.

● Florile din vaze ţin mai mult dacă în

apă se pune o monedă din aramă. Aceasta va împiedica formarea bacteriilor de putregai.

● Urmele de pix de pe obiectele din piele se scot folosindu-ne de şerveţele îmbibate în spirt medicinal. Se freacă bine locul pătat, apoi se şterge zona cu o cârpă uscată.

● Petele de fond de ten de pe bluze sau rochii se scot prin frecare cu miez de pâine.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Sunteți prieten cu propriul copil?

Astrele vă arată calea

Nu putem forța pe nimeni să ne accepte și să ne aprecieze. Nu putem impune o relație nimănui, nici chiar propriului nostru copil, care simte și înțelege limbajul dragostei părintești în felul lui.

Deși s-ar putea să fie de acord cu ceea ce aveți de spus, nu înseamnă că le place să respecte toate regulile impuse de dumnevoastră ca părinți. A deveni prieten cu propriul copil poate fi o sarcină grea, dar este o provocare mai mare să-l determinați să vă respecte și să vă iubească în același timp.

Iată că și de data aceasta astrologii s-au gândit să ne arate cum ne putem împrieteni cu propriul copil, conform semnului nostru zodiacal.

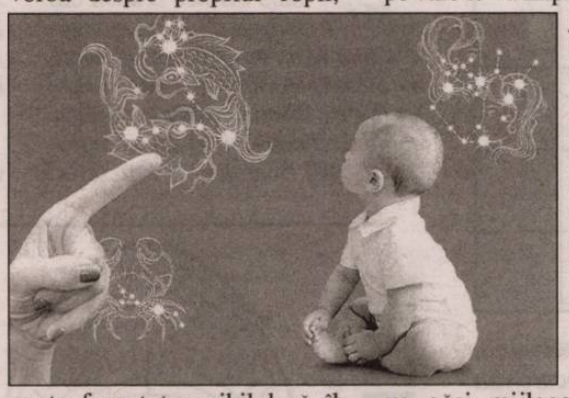
BERBEC. Având în vedere natura vibrantă și personalitatea ambițioasă, puteți induce o stare pozitivă copilului dumneavoastră. În calitate de părinte, nativul Berbec își poate ajuta copilul să ajungă pe culmile succesului și să-l mențineți motivat pentru o perioadă mai lungă de timp. Acest lucru îl va determina să capete încredere deplină în dumneavoastră.

TAUR. Părintele Taur este încăpățânat și are idei și reguli pe care le va impune categoric propriului copil. Dar, în același timp, copilul va descoperi în dumneavoastră același set de valori morale pe care le va respecta. Este ceea ce va reaprinde relația și va continua să întărească legătura.

GEMENI. Ca părinte, nativul din Gemeni are sau nu lucruri materialiste cu care să își atragă și să-și mulțumească propriul copil, dar cu siguranță dispune de puterea cuvintelor care îl ajută și îl apropie. Nu trebuie să vă abțineți niciodată să vă exprimați și să vă arătați dragostea, deoarece numai așa l-ați putea face să se deschidă.

RAC. Cunoscut pentru personalitatea emoțională, părintele Rac este determinat să creeze o legătură strânsă cu propriul copil. Deși este intuitiv în ceea ce privește nevoile emoționale ale copilului, părintele Rac are și mijloacele și înțelegerea necesară pentru a-l ajuta să se exprime, iar acest lucru va consolida dragostea.

LEU. Nativul acestei zodii este dominant, dar când vine vorba despre propriul copil,



poate face tot posibilul să îl ajute și să îl susțină. Părintele Leu este cunoscut pentru personalitatea minunată și folosindu-se de ea își poate atrage de partea sa copilul, acest lucru facilitând și ca micuțul să îl abordeze cu ușurință.

FECIOARĂ. Pentru părintele Fecioară poate fi un pic mai dificil să se înțeleagă bine cu propriul copil, având în vedere natura excesiv de critică pe care o are. Cu toate acestea, odată ce învață să se stăpânească și să facă observații la tot pasul, relația se va îmbunătăți și cel mic vă va aprecia eforturile.

BALANȚĂ. Dintre toate zodiile cel mai grozav părinte este nativul acestei zodii. În timp ce o relație părinte-copil este plină de dezacorduri și uneori de conflicte, părintele Balanță va face să pară foarte ușor de gestionat această situație. Este cunoscută personalitatea echilibrată, lucru pe care îl va transmite copilului și care îl va face să se apropie mult mai ușor de propriul părinte.

SCORPION. Părintele acestei zodii este extrem de pasionat de ambițiile și succesul în viață ale propriului copil. Susținut de natura entuziastă, va încerca să rămână la curent cu tot ceea ce realizează copilul lui, făcându-l pe micuț să se simtă iubit, îngrijit și apreciat.

SĂGETĂTOR. Legătura acestui părinte cu propriul copil este una cât se poate de firească, mai ales că nativul Săgetător are talentul de a explora lumea și de a se aventura în necunoscut. Săgetătorul este un nativ plin de dragoste și de optimism, pe care le va imprima celor din jur și mai ales propriului copil.

CAPRICORN. Părintele Capricorn este mult mai practic în abordarea vieții. Deși nu își dorește să se aventureze în necunoscut, cu siguranță va găsi mijloacele necesare pentru a-și trimite propriul copil să exploreze lumea din jur. Prin aceste lucruri va fi apreciat de micuț și îl va accepta ca pe un părinte favorit.

VĂRSĂTOR. Pentru cineva care dorește să se împrietenească mai mult cu propriul copil, nativul Vărsător se pare că este menit să facă acest lucru. Își va răsfăța micuțul cu tot felul de distracții creative și îi va oferi spațiul necesar pentru a-și exersa individualitatea. Părintele Vărsător nu are nicio problemă în a-și manifesta dragostea față de copilul lui, iubire ce se va întoarce înzecit.

PEȘTI. Nimeni nu poate depăși nivelul înțelegerii unui părinte din Pești. Nu numai că vor îndeplini toate cerințele copilului, dar îl vor proteja de toate pericolele posibile, făcându-l astfel să accepte regulile mai ușor și să capete multă încredere în el.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Mosasaurus, ferocele stăpân al oceanelor ■ Norocosul destin al orașului Kokura ■ Luna – al optulea continent? ■ „Storcătorul de fructe" – bizarul dispozitiv de „depistat" homosexuali ■ Prevenirea supraponderalității ■ Când copia e mai bună decât originalul...

HOROSCOP

7-13 iunie 2021

BERBEC 21.03-20.04

Chiar dacă sunteți prinși între întârzieri și greșeli vă veți bucura de viață, mai ales că ritmul este accelerat și palpitant. Cu toate acestea, veți termina cu ușurință să studiați sau să scrieți ceva.

TAUR 21.04-21.05

Acum vă concentrați mai mult pe fluxul de numerar și câștiguri. O idee de a face bani pe care ați avut-o în trecut ar putea merita o a doua șansă. Când veți dispune de suficienți bani, veți cumpăra lucruri frumoase și antichități.

GEMENI 22.05-21.06

În aceste zile aveți șansa de a vă reîncărca bateriile pentru tot restul anului și trebuie să vă bucurați de acest impuls de energie. Vă simțiți viguroși și entuziasmați de viață, așa că veți atrage prieteni de partea dumneavoastră.

RAC 22.06-21.07

Este momentul perfect pentru a reflecta, când vă veți uita peste umăr și vă veți întreba cât de bine vă descurcați în arta de a trăi. Vă veți stabili niște obiective legate de viitor, iar acestea vă vor menține pe drumul cel bun. Succes!

LEU 22.07-22.08

Următoarele zile vă vor aduce o schimbare binevenită, deoarece veți deveni mai populari și mai implicați cu persoane mai tinere ca dumneavoastră. Veți fi încântați să vă stabiliți noi obiective de viitor de parcă v-ați trezit după hibernare.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Parcurgeți o perioadă când Soarele este situat în partea de sus a diagramei dumneavoastră, ceea ce înseamnă că veți fi împinși în lumina reflectoarelor. Toată lumea va observa asta și vă va admira, chiar dacă nu faceți nimic special.

BALANȚĂ 23.09-22.10

Următoarele zile vor fi ca o gură de aer proaspăt pentru dumneavoastră, mai ales că veți face ceva pentru a vă satisface dorința de aventură și vă veți stimula șansa de a învăța ceva nou.

SCORPION 23.10-21.11

O poveste romantică apare la orizont sau întâlniți pe cineva printr-un vechi prieten care s-a întors în viața dumneavoastră. Spre sfârșitul săptămânii veți încheia niște afaceri mai vechi legate de o moștenire sau o proprietate comună.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Veți petrece momente fascinante alături de oameni care aparțin trecutului dumneavoastră. Auziți vești de la foști parteneri sau prieteni sau aveți oportunitatea de a vă pune la curent cu ultimele noutăți.

CAPRICORN 22.12-19.01

Vreți să lucrați inteligent și să fiți eficienți în tot ce faceți. Parcă ați fi dotați cu superputeri. Vă întocmiți liste, vă stabiliți prioritățile și poate chiar vi se ivește ocazia să vă găsiți serviciul la care visați de o perioadă. Succes!

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

În aceste zile scopul dumneavoastră personal este să vă distrați și să vă exprimați ideile creative. Sportul, arta, activitățile legate de copii vor fi la ordinea zilei. Simțiți nevoia de vacanță și vă conturați niște planuri viitoare.

PEȘTI 19.02-20.03

Vă concentrați pe casă, familie și pe viața personală, iar interacțiunea cu unul dintre părinți va fi semnificativă. În plus, intrați în legătură cu rude pe care nu le-ați mai văzut sau auzit de ceva vreme. În ciuda acestor vânzoleli, veți aprecia singuri liniștea de acasă.

Nativul săptămânii: **VIRGINIA APGAR** (07.06.1909 – 07.08.1974)

A fost un medic american, anestezist obstetric și cercetătoare în domeniul medicinei. Această nativă a zodiei Gemeni este recunoscută ca inventatoare a Scorului Apgar, modalitatea de a evalua rapid un nou-născut imediat după naștere.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noștri opiniile legate de conținutul revistei, apelați numărul de telefon: 0213178965

Preț abonament

PERIOADA	VALOAREA
☐ 1 LUNĂ	9,00 LEI
☐ 2 LUNI	18,00 LEI
☐ 3 LUNI	27,00 LEI
☐ 4 LUNI	36,00 LEI
☐ 5 LUNI	45,00 LEI
☐ 6 LUNI	54,00 LEI

Abonamente 2021

Abonați-vă la revista Magazin direct la redacție!

Abonamente 2021

● Modalitățile de abonare sunt următoarele:

1 Achitarea printr-un mandat poștal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piața Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, București, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.

2 Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
– RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
– RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Prețurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poștală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificați data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poștal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poștei Române (cel târziu în ziua de marți a săptămânii următoare celei de apariție).

Pentru informații suplimentare vă rugăm să sunați la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 38 euro sau 45 $,
– 6 luni: 75 euro sau 90 $,
sume virate în conturile societății, enumerate alăturat.

MANDAT POȘTAL

DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc ... Scara ... Etaj 1 Ap. ...
Cod 013701 Localitatea București
Jud./Sect. 1 Tel. ...
C.N.P. ...
Expeditor ...
Localitatea ...
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. ...

TELEFON RECLAMAȚII ABONAMENTE 0722625622

SERIE NOUĂ - 1552 ● ANUL LXIV ● 10 IUNIE 2021 ● 16 PAGINI ● 3 LEI Nr. 23 (3302)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com ● redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Femina club
Lecţii de nutriţie
Cireşele în dietă
Dosarele frumuseţii
Abdomen plat

„Viaţa este un drum pe care eşti profesor şi elev. Uneori predai, dar în fiecare zi înveţi."
Immanuel Kant

MOSASAURUS
ferocele stăpân al oceanelor

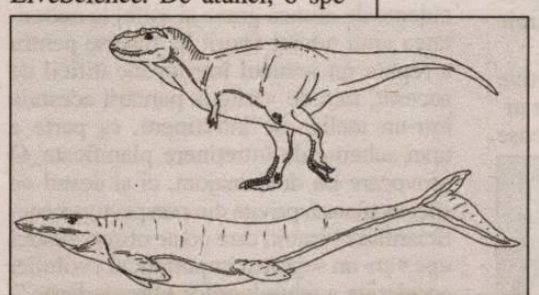
MOSASAURII (din limba latină *Mosa* care înseamnă „Meuse" şi greaca *sauros* care înseamnă „şopârlă") cuprind un grup de reptile marine mari dispărute în Cretacic, acum 66 milioane de ani. Primele rămăşiţe fosile au fost descoperite într-o carieră de calcar de la Maastricht pe Meuse în 1764.

În timp ce dinozaurii au dominat uscatul, *Mosasaurus* şi-a folosit coada lungă şi membrele butucănoase, asemănătoare unor palete, pentru a naviga prin apă, devorând prada cu falcile sale masive şi dinţii ascuţiţi, în formă de con.

Mosasaurii au dominat oceanul în perioada Cretacicului târziu. Nu erau dinozauri de mare, ci un grup separat de reptile, mai strâns legate de şerpii şi şopârlele moderne.

În ciuda faptului că paleontologii sunt la curent cu existenţa acestor animale acvatice de atâta vreme, exemplare destul de multe fiind răspândite în întreaga lume, mosasaurii nu au atins niciodată aceleaşi niveluri de popularitate ca şi dinozaurii, deşi erau creaturi impresionante.

Mosasaurii s-au stins acum 65,5 milioane de ani în acelaşi eveniment de extincţie în masă care a distrus dinozaurii, scrie *LiveScience*. De atunci, o specie Mosasaurus a fost înviată, dar numai în mod fictiv, şi anume în filmul de succes din 2015 „Jurassic World", ocazie cu care profilul acestui puternic grup de reptile marine a căpătat oarecare notorietate publică.


Raportul de lungime între Mosasaurus şi Tiranosaur

Speciile Mosasaurus sunt printre cei mai mari membri ai familiei mosasaur, potrivit *Muzeului Dinozaurilor Philip J. Currie*. Unul dintre cele mai mari exemplare găsite vreodată a fost identificat ca *Mosasaurus hoffmanni*, estimat cu o lungime de aproximativ 17 metri, potrivit unui studiu din 2014 publicat în revista *Proceedings of the Zoological Institute RAS*.

Dar nu toţi mosasaurii erau uriaşi. Unele specii, cum ar fi *Xenodens calminechari*, aveau doar dimensiunea unui delfin de talie mică, scrie *LiveScience*.

Cel mai mare Mosasaurus ar fi fost comparabil ca mărime cu puternicul *megalodon*, un rechin gigant care a dominat oceanele din epoca Miocenului şi Pliocenului mijlociu (în urmă cu 15,9 milioane până la 2,6 milioane de ani), cu mult după dispariţia mosasaurilor în urmă cu 65,5 milioane de ani. Megalodonii ar fi putut ajunge până la 15-18 metri lungime, potrivit Muzeului de Istorie Naturală (NHM) din Londra. Niciunul dintre aceşti prădători, totuşi, nu a fost vreodată la fel de mare ca balena albastră modernă, care poate ajunge până la 34 de metri lungime şi este cel mai mare animal cunoscut care a existat vreodată.

Mosasaurii erau cei mai feroce prădători ai oceanului la sfârşitul perioadei Cretacice. Mosasaurii de talie mare ar fi mâncat probabil aproape orice fel de pradă pe care puteau să o prindă, inclusiv peşti, rechini, păsări marine şi chiar şi alţi mosasauri, asta potrivit *Serviciului Parcului Naţional* al SUA. Aceşti mosasauri erau prădători de vârf şi puteau fi comparaţi cu *orcele* moderne, în timp ce alte specii de mosasauri erau mai specializate şi adaptate să mănânce crustacee, asemănătoare vidrelor de mare moderne, după cum scrie *LiveScience*.

> **„ PE VREMEA CÂND DINOZAURII STĂPÂNEAU USCATUL, MOSASAURUS, UN ANIMAL AMFIBIU, ERA MARELE PRĂDĂTOR AL ADÂNCURILOR MARINE.**

Au fost descoperite fosilele de mosasauri cu conţinutul stomacului intact, ceea ce i-a ajutat pe paleontologi să afle mai multe detalii despre strategiile lor de vânătoare. De exemplu, paleontologii din Canada au descoperit un exemplar din specia *Mosasaurus missouriensis* cu oase mari de peşte în interiorul acestuia, potrivit publicaţiei *National Geographic*. Peştele era mai mare decât capul mosasaurului, iar aşezarea oaselor a sugerat că mosasaurul îşi devorase prada bucată cu bucată.

Într-o altă descoperire, fosila unui Mosasaurus juvenil a fost găsită în stomacul unei alte specii de mosasaur, *Prognathodon kianda*. Fosila, de la *Muzeul Naţional de Istorie Naturală Smithsonian (NMNH)*, demonstrează că era posibil ca până şi unele specii mai mari de mosasauri să fi devenit vânat pentru alte specii de mosasauri. S-a descoperit, de pildă, că unele fosile de *Mosasaurus hoffmanni* aveau falcile puternice sparte şi apoi vindecate, ceea ce indică faptul că au avut un stil de viaţă violent sau periculos, potrivit unui studiu din 1995 publicat în revista *Philosophical Transactions of the Royal Society B*.

Mosasaurus probabil vâna în ape destul de adânci, dar nu călătorea prea departe de ţărm, cel puţin după cum scrie potrivit *NMNH*. Poate că mosasaurii au început să înoate prin apă ca un şarpe sau o anghilă, dar cozile mosasaurilor au evoluat în timp. Coada lor a devenit asemănătoare cu cea a unui rechin de azi, pentru a se propulsa prin apă. În plus, li s-au dezvoltat şi muşchii dorsali pentru ca membrele anterioare, asemănătoare unor palete, să poată dezvolta explozii bruşte de viteză necesare înşfăcării prăzii.

Filmul „Jurassic World" (2015) prezintă o imagine sugestivă a unui gigant Mosasaurus care izbucnea din apă pentru a smulge o bucată de rechin. Deşi este spectaculoasă, imaginea nu-i convinge pe experţi care consideră descrierea inexactă din punct de vedere ştiinţific. Adevăratele specii de Mosasaurus pur şi simplu nu erau atât de mari, au declarat paleontologii pentru *LiveScience* la scurt timp după lansarea filmului „Jurassic World" în 2015. Creatura din film este de aproximativ două ori mai mare decât cea mai mare fosilă de mosasaur cunoscută, potrivit paleontologului ReBecca Hunt-Foster, de la Biroul de administrare a terenurilor Canyon Country District, şi al directorului Muzeului din Moab, John Foster. Kenneth Lacovara, pe atunci profesor de paleontologie şi geologie la Universitatea Drexel, a recunoscut, de asemenea, că reptila marină era prea mare, dar i-a felicitat pe realizatorii filmului pentru includerea unei descrieri exacte a dinţilor palatali ai mosasaurului, un al doilea set de dinţi specializaţi aflaţi în maxilarul superior al animalului, dinţi similari cu cei ai unor şerpi şi şopârle care au rolul de a ţine prada captivă şi a o împiedica să scape.

Scenă din filmul „Jurassic World"

Potrivit *Muzeului Dinozaurilor Philip J. Currie*, mişcările mosasaurului din film sunt de asemenea inexacte, deoarece se bazează pe o interpretare depăşită care propunea o variantă de înot similară cu cea a anghilelor sau a şerpilor.

Mosasaurii au dispărut din dosarul fosil împreună cu dinozaurii non-aviari în urmă cu 65,5 milioane de ani, după ce un asteroid uriaş s-a prăbuşit pe Pământ la sfârşitul perioadei Cretacice. Potrivit unui studiu din 2005 realizat în Olanda, ecosistemele marine bogate în care trăiau mosasaurii şi unde se hrăneau, s-au prăbuşit, explica un studiu din 2005 publicat în *Netherlands Journal of Geosciences*. Această prăbuşire a făcut ca toţi mosasaurii să dispară, să nu se mai întoarcă niciodată în acel mediu.

După dispariţia mosasaurilor, crocodilienii au crescut în număr şi au preluat rolul unor mari prădători marini. Şi aşa trece gloria lumii...

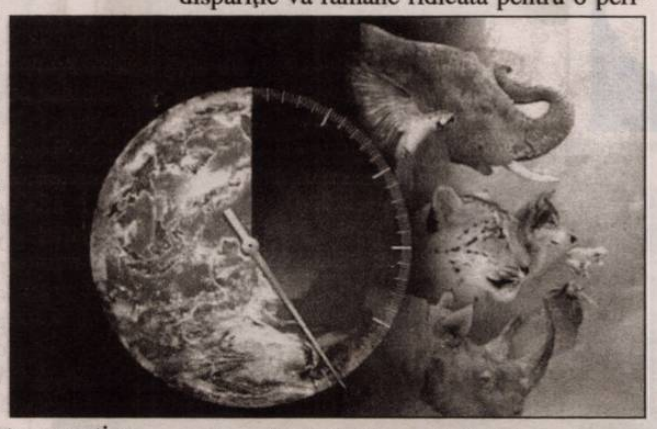
GEORGE CUŞNARENCU

5 948427 000171 23

Omul a distrus
milioane de ani de biodiversitate

„A şasea extincţie în masă" este formula – tragic de realistă – prin care se defineşte actuala criză a biodiversităţii. Conform unui studiu recent, în ecosistemele de apă dulce aceasta o depăşeşte chiar şi pe cea de la sfârşitul extincţiei cretacice care a determinat dispariţia dinozaurilor.

Acest eveniment a fost rezultatul impactului Terrei cu un asteroid în urmă cu 66 de milioane de ani, cataclism ce a decimat aproximativ 76% din toate speciile de pe planetă. Mai pe înţelesul tuturor, daunele aduse acum naturii în decenii, până la numai câteva secole, ar putea dura milioane de ani pentru a fi anulate.



„Pierderea speciilor implică schimbări în populaţiile acestora şi, pe termen lung, fenomenul afectează ecosisteme întregi. Ne bazăm pe funcţionarea mediilor de apă dulce pentru a susţine sănătatea umană, nutriţia şi aprovizionarea cu apă dulce", spune dr. Thomas A. Neubauer, de la Universitatea Justus Liebig Giessen, conducătorul cercetărilor.

Concentrându-se asupra biodiversităţii din apele dulci, una dintre cele mai ameninţate din lume, echipa de cercetare a adunat un set de date incluzând 3.387 de specii de melci fosili şi vii din Europa, care acoperă ultimii 200 de milioane de ani. Oamenii de ştiinţă au estimat ratele de formare şi de dispariţie pentru a evalua viteza cu care apar şi, respectiv, pier speciile şi pentru a prezice timpul de recuperare. Deja, până în anul 2120, o treime din animalele şi plantele vii de apă dulce ar dispărea, potrivit estimărilor.

Ritmul în care pierdem speciile astăzi este fără precedent şi nici măcar nu a fost atins în timpul unor crize majore comparabile cu cele din trecutul istoric apropiat. „Chiar dacă impactul nostru se opreşte astăzi, rata de dispariţie va rămâne ridicată pentru o perioadă extinsă de timp. Având în vedere că actuala criză a biodiversităţii avansează mult mai repede decât evenimentul de extincţie în masă de acum 66 de milioane de ani, perioada de recuperare poate fi mai lungă. În ciuda scurtei noastre existenţe pe Pământ, am făcut ca efectele acţiunilor noastre să ne supravieţuiască la modul nefast cu milioane de ani", a declarat dr. Neubauer.

Loteria micronutrienţilor dietetici

Cantitatea de substanţe nutritive pe care oamenii le obţin din culturile pe care le consumă este un tip de „loterie cu cod poştal", potrivit noilor cercetări care au analizat peste 3.000 de cereale şi soluri, ca parte a unui proiect de combatere a „foamei ascunse", din Malawi şi Etiopia.

Micronutrienţii includ vitaminele şi mineralele pe care organismul le extrage din dietă în cantităţi mici, pentru îndeplinirea unor funcţii. Deficienţele de micronutrienţi, cunoscute şi sub denumirea de „foame ascunsă", sunt frecvente la nivel global, afectând mai mult de jumătate dintre copiii cu vârsta sub 5 ani, mai ales în cazul în care accesul la hrană suficientă din surse vegetale şi animale bogate în micronutrienţi este limitat din motive socioeconomice.

Acest fenomen mai degrabă nonnutritiv prezintă un risc grav pentru sănătatea umană, inclusiv asupra creşterii şi dezvoltării cognitive a copiilor şi care trimite spre vulnerabilitatea celor mici la boli infecţioase şi netransmisibile.

Cantitatea de micronutrienţi din dietă, calciu, fier, seleniu şi zinc din cereale variază substanţial în funcţie de locaţie, unele zone arătând niveluri mult mai mici de micronutrienţi decât altele.

Unele tipuri de cereale, cum ar fi meiul, sunt mai hrănitoare decât altele, precum porumbul. Cu toate acestea, dacă există deficienţe într-o zonă, depinde şi de solurile şi de cadrul general de dezvoltare. Această cercetare arată că locaţia este intrinsec legată de calitatea nutriţională a dietelor.

Obţinerea de suficienţi micronutrienţi este un tip de „loterie cu cod poştal" cu valoare nutriţională care variază în funcţie de locaţie. Acest lucru va afecta în mod deosebit gospodăriile rurale care consumă alimente provenite de la nivel local, inclusiv multe comunităţi agricole mici, unde locaţia poate fi chiar cel mai mare factor de influenţă în determinarea aportului alimentar de micronutrienţi.

Maxim

Să vorbim corect!

O greşeală curentă în vorbirea de toate zilele este confuzia între cuvintele *maxim* şi *maximum*. Auzim în jurul nostru spunându-se: „mi-a plăcut maxim" sau alte expresii asemănătoare.

De fapt „maxim", ca adjectiv este definit drept care are cea mai mare dimensiune, durată, intensitate etc., „foarte mare". Este folosit şi ca substantiv cu sensul de „cea mai mare valoare pe care o poate avea, într-un anume interval, o funcţie sau o cantitate variabilă". Spunem astfel „Punctul maxim al căldurii..." sau „Maximul a fost atins...".

În ceea ce priveşte cuvântul „maximum" acesta este definit ca substantiv: „Limita superioară peste care nu se poate trece". Este folosit adesea în locuţiunile adverbiale gen „la/ în maximum": „Voi veni în maximum două zile".

Aşadar în expresiile atât de des auzite exprimarea corectă ar fi fost: „Mi-a plăcut la maximum". *(I.S.)*

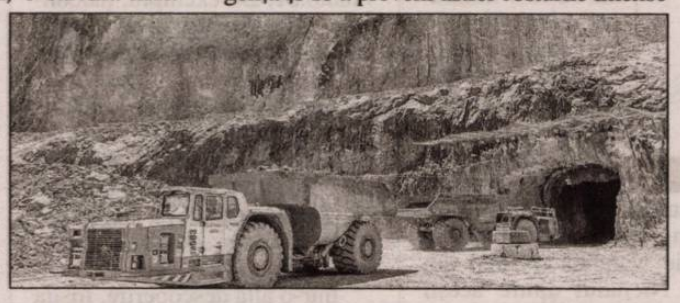
Viitorul subpământean

În pofida a numeroase tendinţe şi strategii globale, devine tot mai clar că mineritul subteran nu se află nici pe departe pe cale de dispariţie.

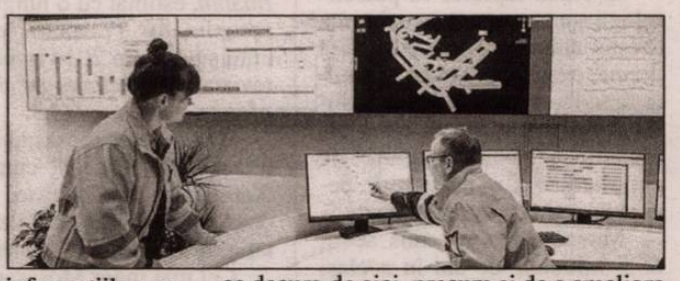
În schimb, ceea ce pare evident este prezenţa din ce în ce mai scăzută a omului în structurile miniere de sub pământ, iar explicaţia constă în implicarea intensă în domeniu a unor utilaje demne de filmele de anticipaţie.

Şi în acest domeniu dificil de susţinut şi foarte controversat în ultimele decenii, cuvintele de ordine desemnează entitatea non-umană care „guvernează" evoluţia civilizaţiei noastre actuale: Inteligenţa Artificială (IA).

Nevoia de tot mai multe minerale face ca extragerea acestora să se realizeze de la adâncimi tot mai mari; o sarcină mult sporită inclusiv pentru situaţiile în care echipamentul are nevoie de întreţinere şi reparaţii.



Compania globală de înaltă inginerie Sandvik colaborează cu IBM pentru a introduce procesarea şi modelarea cognitivă analitică avansată a datelor pe baza informaţiilor generate de senzorii de pe încărcătoare şi camioane.



Principiul de bază constă în transformarea datelor în îmbunătăţiri, utilizând funcţiile de analiză ale IBM Watson IoT, sistem de gestionare a informaţiilor ce permite companiilor miniere să combine echipamente şi date de aplicaţii din surse disparate, în timp real, analizând tiparele din acele date.

„Un obiectiv al întreţinerii preventive este de a minimiza numărul de opriri de urgenţă şi de a preveni astfel costurile imense ce decurg de aici, precum şi de a ameliora astfel considerabil siguranţa operaţiunilor. Defecţiunile mecanice pot duce la accidente de muncă grave şi astfel la necesitatea unui număr sporit de resurse pentru a repara un vehicul într-un loc dificil de accesat, faţă de varianta parcării acestuia într-un atelier de întreţinere, ca parte a unei scheme de întreţinere planificate. O provocare nu doar majoră, ci şi destul de spectaculoasă, privită din perspectiva beneficiarului obişnuit, care poate observa astfel «pe viu» un segment important al evoluţiei accelerate a tehnologiilor ultramoderne."

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU
Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru

Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef

ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

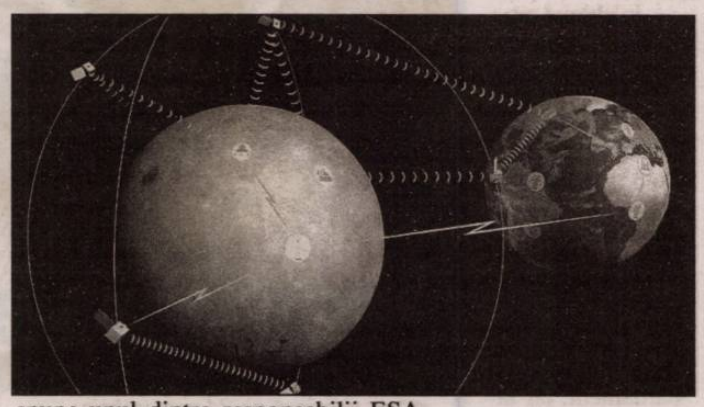
TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: **TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.**

Luna – al optulea continent?

Agenția Spațială Europeană (ESA) a lansat un ambițios proiect de construire a unei rețele de sateliți de comunicații pe orbita lunară. Această nouă infrastructură ar putea transforma într-o zi satelitul natural al Terrei într-un „al optulea continent", pe măsură ce oamenii vor construi orașe pe suprafața selenară.

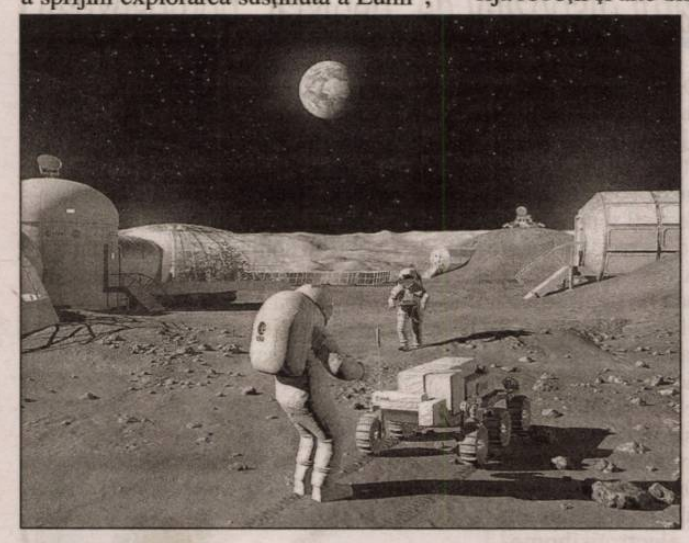


Proiectul, intitulat *Moonlight*, va implica realizarea stației spațiale Lunar Gateway, multiple agenții lucrând deja la materializarea lui. „Luna este depozitara a 4,5 miliarde de ani de istorie a Sistemului Solar și abia acum începem să-i descifrăm secretele.

Practic, intrăm în faza de explorare sistematică a acestui al optulea continent terestru. *Moonlight* va constitui o infrastructură absolut necesară pentru a sprijini explorarea susținută a Lunii", spune unul dintre responsabilii ESA, David Parker.

Specialiștii susțin că în viitorul apropiat, grație stației Lunar Gateway și a unei eventuale baze umane pe suprafața Lunii vor exista misiuni regulate până la Lună și înapoi. Un serviciu de comunicație și navigație performant și dedicat va permite misiunilor umane să aselenizeze oriunde doresc, pe suprafața selenară, iar roboții motorizați se vor deplasa mai rapid aici.

O rețea de sateliți ar putea chiar dirija roboții și alte dispozitive și echipamente, în vederea exploatării vastelor resurse minerale lunare. În altă ordine de idei, folosirea unui serviciu unic de navigație și telecomunicații va reduce complexitatea viitoarelor misiuni individuale pe Lună, eliberând spațiul de la bordul navetelor pentru includerea de mai multe instrumente științifice sau a unei încărcături mai mari – ceea ce va reduce considerabil costurile de operare. Scăderea costurilor explorării lunare va permite mai multor țări din cadrul ESA – inclusiv României – să-și lanseze propriile misiuni lunare.



Ce este Lunar Gateway?

SUA, Uniunea Europeană, Japonia și Canada cooperează la un proiect sub egida NASA, vizând construirea primei stații spațiale lunare – Lunar Gateway. Aceasta face parte din mai ampla misiune Artemis, pentru crearea unui cadru sustenabil de explorare a Lunii și în final pentru trimiterea primelor echipaje umane pe Marte.

Spațioportul cu echipaj permanent, similar actualei Stații Spațiale Internaționale, va orbita Luna și va servi drept „port de lansare" către suprafața lunară și spațiul cosmic.

Primele module ale stației ar putea fi funcționale în 2024. În același an se preconizează lansarea misiunilor Artemis I, fără echipaj uman, care va fi dusă în spațiu de cea mai puternică rachetă construită vreodată, și Artemis II, având echipaj uman, care va survola Luna, dar nu va aseleniza.

În schimb Artemis III va avea la bord prima femeie cosmonaut care va pune piciorul pe Lună, misiunea urmând să petreacă o săptămână pe suprafața Lunii. Ea va deveni astfel prima misiune umană care va ajunge aici, după o pauză de câteva decenii – ultima misiune pe Lună a fost Apollo 17, în 1972.

Copiii dorm mai bine

alături de animalele de companie

Analizând programul de somn și activitatea diurnă a 188 de copii și adolescenți, cu vârste cuprinse între 11 și 17 ani, cercetătorii Universității Concordia din Montreal au ajuns la concluzia că acei copii care dormeau în pat cu animale de companie (precum câini, pisici sau chiar iepuri) se odihneau mult mai bine decât cei care dormeau singuri.

Explicația acestui fapt, afirmă oamenii de știință, ar fi aceea că animalele sunt privite de copii drept „prieteni apropiați" și faptul că ele sunt prezente alături de ei le calmează fricile nocturne și le ajută corpul și mintea să se relaxeze și să obțină astfel un somn mai odihnitor.

Anterior, alte studii avertizaseră asupra „riscurilor" prezenței unui animal de companie în patul copiilor, de la zgomotele făcute de acesta la exacerbarea astmului sau altor probleme respiratorii la copii, însă autorii studiului canadian spun că acest lucru nu este adevărat.

Copiii care împart patul cu un animal de companie găsesc acest lucru „confortabil și relaxant" – opinie certificată și de rezultatele analizelor științifice.

Savanții au măsurat undele cerebrale, saturația de oxigen în sânge, ritmul cardiac, respirația și mișcările oculare ale copiilor prezenți voluntar în cadrul experimentului și au descoperit că la cei care dormeau alături de animale de companie datele erau mult mai bune decât la cei din grupul-martor.

Femeile stimulează inteligența colectivă

Dacă la locul de muncă lucrați în grup, va trebui cu siguranță să cooptați mai multe femei în echipă, deoarece ele stimulează inteligența colectivă într-o măsură mai mare decât bărbații.

Cercetătorii de la Universitatea Carnegie Mellon, Pennsylvania, au studiat felul cum se desfășoară munca în colectiv, pe un lot de circa 5.300 de persoane, împărțite în echipe, și au ajuns la concluzia că succesul este amplificat de prezența în grup a mai multor femei.

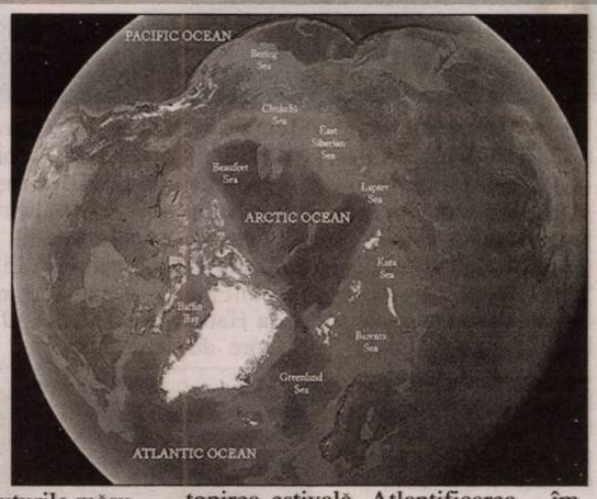
Acestea sunt capabile să stimuleze găsirea de soluții, iar cu cât este mai diversificat grupul, cu atât el va funcționa mai bine – inteligența colectivă, incluziunea și diversificarea părând să joace un rol mai important decât abilitățile și inteligența membrilor individuali.

Potrivit psihologilor, inteligența colectivă este o măsură a abilității unui grup de oameni de a lucra laolaltă și a rezolva o gamă largă de probleme a căror complexitate variază. Este un fel de „inteligență împărtășită", apărută din colaborarea și concurența între membrii echipei, iar rezultatele muncii în comun sunt, se pare, mult mai bune dacă în echipă există mai multe femei sau persoane cu un grad ridicat de receptivitate socială.

Inteligența colectivă ar putea oferi, susțin experții, soluții la numeroase probleme cu care se confruntă omenirea, de la schimbările climatice la dezvoltarea de tehnologii complexe și vindecarea bolilor.

„Atlantificarea", un fenomen periculos

Cu fiecare an care trece, apele calde ale Oceanului Atlantic ajung la latitudini tot mai ridicate, provocând topirea accentuată a gheților arctice. Analizând datele furnizate între 2002 și 2019 de sateliții Agenției Spațiale Europene, oamenii de știință au stabilit că volumul gheților din Arctica a scăzut constant în această perioadă, iar cel înregistrat în iarna 2020-2021 a fost cel mai scăzut consemnat vreodată, de la începuturile măsurătorilor de acest gen, în secolul XX, și până astăzi.



Marea înghețată este vitală nu doar pentru Arctica, întrucât ea menține toate regiunile polare mai reci și moderează climatul global. Pe măsură ce calotele de gheață se topesc, apa inundă oceanele înconjurătoare și astfel nivelul mării crește – un fenomen studiat cu îngrijorare de savanți din întreaga lume.

Înghețul mărilor arctice atinge apogeul în luna martie, după lunile reci de iarnă, iar învelișul de gheață se reduce la minim în luna septembrie, după topirea estivală. Atlantificarea – împingerea de mase de apă caldă tot mai spre nord – afectează în special mările Barents și Kara, reducând constant suprafața acoperită cu gheață iarna.

Pe lângă reducerea habitatului natural al animalelor polare, generată de topirea gheților, fenomenul atlantificării mai are un aspect nociv: formele de viață native în apele mai calde ale Atlanticului pătrund în Arctica, unde sucombă din cauza temperaturilor mai reci și a lipsei de surse de hrană naturală.

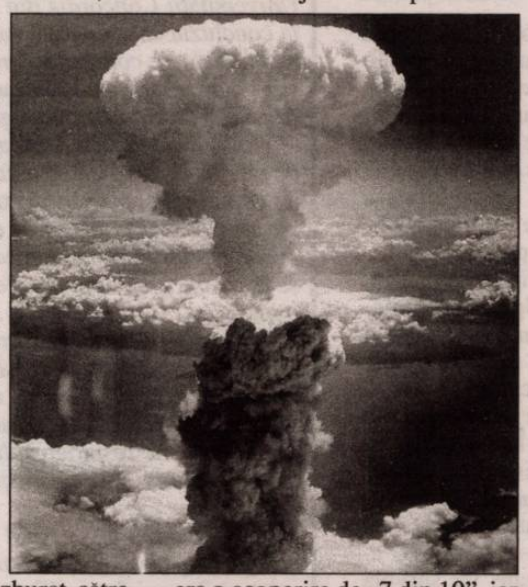
Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Norocosul destin al oraşului Kokura

Pentru cei mai mulţi dintre noi, denumirea Kokura nu spune nimic. Şi totuşi, numele acestui oraş japonez ar fi putut fi la fel de faimos astăzi ca Hiroshima sau Nagasaki, dacă bomba atomică lansată pe 9 august 1945 ar fi fost îndreptată asupra lui, aşa cum, de altfel, fusese planificat.

În Japonia mai există şi astăzi vorba populară „să ai norocul Kokura", cu referire la vremea rea care a a salvat, în urmă cu decenii, vieţile a zeci de mii de oameni.

În dimineaţa zilei fatidice, în misiunea de bombardament nuclear au pornit şase bombardiere B-29. Unul, numit Bockscar, avea la bord bomba atomică numită „Grăsunul", alte două instrumente ştiinţifice şi camere video pentru a filma explozia, un aparat servea drept escortă, iar ultimele două erau avioane meteorologice, care zburau înaintea formaţiunii pentru a verifica starea vremii.



Unul dintre aceste ultime avioane a zburat către Nagasaki, celălalt (Enola Gay, acelaşi care lansase cu trei zile în urmă bomba atomică asupra Hiroshimei, dar având acum alt echipaj la bord) spre Kokura.

Decolând de pe insula Tinian la 3.47 a.m., Bockscar a ajuns la punctul de întâlnire de deasupra insulei Yakushima în jurul orei 9.15 a.m. Aici a făcut joncţiunea cu celelalte aparate de zbor, dar nu şi cu cel care trebuia să înregistreze foto şi audio misiunea. La 9.50, pilotul Bockstar, maiorul Charles Sweeney a renunţat să mai aştepte şi a ordonat plecarea spre Kokura. Dar întârzierea produsă a făcut ca între timp cerul de deasupra oraşului nipon să se acopere de nori şi de fum – potrivit limbajului de specialitate era o acoperire de „7 din 10", iar ordinele primite erau clare: bomba trebuie lansată doar în cazul unui contact vizual bun. Avioanele s-au rotit prin aer un sfert de oră, fără să reuşească să vadă punctul de ţintire, stabilit anterior.

Cum combustibilul era limitat, Sweeney a decis să-şi continue zborul spre ţinta secundară, Nagasaki. Avioanele au ajuns aici la 11.50 a.m., dar şi aici fumul şi norii împiedicau lansarea.

În ultimul moment însă, norii s-au destrămat suficient de mult ca bombardierul să poată localiza ţinta şi să lanseze proiectilul letal – chiar dacă nu cu atâta precizie ca la Hiroshima. Bockstar a mai dat o dată ocol zonei, după bombardament, iar la 12.05 a pornit spre Okinawa, unde a realimentat, întorcându-se în final la Tinian şi raportând îndeplinirea misiunii.

Potrivit cercetărilor moderne, se pare că nu norii au salvat oraşul Kokura de la o distrugere sigură, ci fumul ridicat spre cer de bombele incendiare lansate de americani în ziua precendentă. Căci pe 8 august 1945, aviaţia americană trimisese nu mai puţin de 221 de bombardiere B-29 asupra oraşului învecinat, Yawata, cel mai mare centru japonez al industriei de oţel, înecându-l într-o ploaie de bombe incendiare.

Incendiile devastaseră aşezarea şi pompierii şi voluntarii locali nu fuseseră capabili încă să le stingă pe toate, după ore de eforturi. Trâmbe groase de fum pluteau pretutindeni şi, luate de vânt, au ajuns şi deasupra oraşului Kokura, la 9 km distanţă, salvându-l astfel de la distrugere.

În schimb, Nagasaki nu a fost la fel de norocos, bomba atomică lansată asupra sa ucigând între 40.000 şi 80.000 de oameni pe loc, mulţi alţii pierzându-şi viaţa ulterior, din cauza arsurilor sau radiaţiilor suferite.

Fotodocument

Un preşedinte dus pe braţe

Surprinsă pe 24 septembrie 1932, cu puţin timp înaintea alegerilor care-l vor propulsa în funcţia de preşedinte al Americii, această fotografie reprezintă unul dintre puţinele instantanee relevând problemele de sănătate ale lui Franklin Delano Roosevelt. Paralizat de la brâu în jos din cauza poliomielitei, viitorul preşedinte este scos pe braţe din autoturism spre a fi aşezat în scaunul cu rotile, înaintea rostirii unui discurs.

„Storcătorul de fructe"

bizarul dispozitiv de „depistat" homosexuali

Deşi Canada are astăzi renumele de a fi una dintre cele mai liberale ţări ale lumii, în anii 1960 aici a avut loc un experiment şocant, care a distrus mii de vieţi şi pentru care nimeni nu a dat vreodată socoteală.

A fost vorba de o aşa-zisă metodă de depistare a homosexualităţii – această înclinaţie sexuală fiind încă privită cu suspiciune de autorităţi chiar şi în tumultuoasa perioadă „flower power".

Dispozitivul central al investigaţiei era un „electropsihometru", numit colocvial de investigatori „storcătorul de fructe". Cel suspectat de înclinaţii homosexuale era aşezat pe un scaun şi conectat, prin numeroase fire cu senzori electrici, la aparat. Pe un ecran erau apoi derulate scene aleatorii, care, în opinia organizatorilor experimentului, ar fi putut trăda pasiunile homosexuale – imagini cu bărbaţi puternici, un concurs de natație masculină, soldaţi făcând duş etc.

Intenţia savanţilor care derulau experimentul era de a detecta anumite variabile fiziologice pentru a identifica homosexualii, fără anxietatea şi teama stârnite de un test cu detectorul de minciuni. Ei afirmau că metoda „storcătorului de fructe" era infailibilă şi ca atare zeci de mii canadieni, în special angajaţi ai serviciilor militare şi ai industriei de armament, au fost supuşi testărilor.

Metoda fusese pusă la punct de Frank Robert Wake, un profesor de psihologie de la Universitatea Carleton, pe care guvernul canadian îl trimisese un an de zile în Statele Unite pentru a se familiariza cu tehnicile de depistare a homosexualilor dezvoltate acolo. Motivul pentru care toate aceste eforturi erau derulate ni s-ar putea părea astăzi absurd, dar el era considerat pe atunci perfect credibil: sovieticii ar fi putut depista primii persoanele homosexuale din armată şi industria de apărare şi apoi le-ar fi putut şantaja, convingându-le să spioneze în favoarea Moscovei.

Graţie „storcătorului", considerau savanţii, homosexualii

erau depistaţi de autorităţi, excluşi din armată sau din industrie, şi problema era rezolvată din start! Wake făcuse anterior experimente la fel de bizare: el obişnuia să fotografieze şi să măsoare pupilele oamenilor care intrau în magazine şi remarcase diferenţe în special când o persoană flămândă intra în contact vizual cu rafturile pline de mâncare.

Pe acelaşi considerent, spunea el, şi pupilele unui homosexual ar fi trebuit să se dilate nefiresc când vedeau un obiect al dorinţei – fesele sau pieptul gol al unui bărbat musculos. Experimentul a dat naştere unor situaţii bizare, mii de oameni care erau cât se poate de heterosexuali fiind consideraţi homosexuali şi anchetaţi cu duritate, pentru a dezvălui „cercurile gay din care făceau parte".

Guvernul de la Ottawa a cheltuit zeci de mii de dolari pentru experiment, dar în cele din urmă a trebuit să-l abandoneze, după ce nu a depistat niciun homosexual, în schimb a distrus sănătatea mintală şi chiar vieţile a mii de canadieni.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Astăzi în istorie

10 iunie 1190

Împăratul Frederic Barbarossa moare înecat

Provenit din familia nobiliară Hohenstaufen, Frederic a fost poreclit încă din timpul vieţii Barbarossa, din cauza impozantei sale bărbi roşiatice. După ce a preluat tronul, a luptat cu vigoare contra tendinţelor de autonomie ale baronilor germani, impunându-şi autoritatea asupra lor şi dovedindu-şi cu prisosinţă abilităţile politice şi militare.

El a întărit Imperiul Romano-German şi l-a transformat în cel mai puternic stat european al epocii, mult deasupra Angevinilor şi Capeţienior. Ajuns la deplina maturitate, după o domnie îndelungată şi rodnică, în jurul vârstei de 65 de ani Frederic a decis să recucerească Ţara Sfântă din mâinile musulmanilor.

Aceştia ocupaseră Ierusalimul în urma zdrobitoarei victorii de la Hattin, în 1187, şi, spre deosebire de

cavalerii Primei Cruciade, care-i masacraseră pe locuitorii musulmani, sultanul Saladin permisese creştinilor să părăsească oraşul nevătămaţi.

Ca reacţie, în Europa a fost lansată cea de-a Treia Cruciadă, sub conducerea lui Barbarossa. În fruntea a circa 3.000 de călăreţi în armuri şi a peste 15.000 de infanterişti bine înarmaţi, împăratul a plecat spre Orient.

Vicleanul Saladin a încheiat o alianţă cu împăratul bizantin Isac, fapt care a agravat situaţia armatei cruciate, nevoită acum să străbată un teritoriu ostil mult mai mare. După ce a înfrânt armatele bizantine, Barbarossa a semnat cu Isac Tratatul de la Adrianopole, care oferea liberă trecere germanilor prin Imperiul Bizantin.

Expediţia părea că se îndreaptă spre o victorie, când, pe 10 iunie 1190, împăratul, nerăbdător să ajungă în Ţara Sfântă, nu a mai aşteptat venirea grosului trupelor sale, ci a vrut să treacă primul râul Salef, prin vad. Dar calul său a fost luat de curenţi, în mijlocul râului, iar suveranul, îngreunat de armură, nu a mai putut fi salvat.

Fiul lui Barbarossa, Frederic de Suabia, a preluat comanda armatei, dar descurajaţi de pierderea suferită, mii de cruciaţi au renunţat la expediţie şi au făcut calea întoarsă.

Cruciada avea să fie condusă în cele din urmă de suveranii englez şi francez, Richard Inimă de Leu, respectiv Filip al II-lea, dar se va încheia cu un eşec răsunător.

E bine de știut

Pentru a fi sănătoși, pentru a ne simți bine, e clar că fiecare segment al corpului trebuie să emane semnale benefice. De exemplu, atunci când suferim de dureri de cap sau avem o scădere a capacității de concentrare, sau tulburări de vedere, vizita la medic poate concluziona că simptomele respective pot sugera o circulație cerebrală deficitară.

Dincolo de eventuala medicație stabilită de medic, puteti miza pe efectul benefic al unor plante care au capacitatea de a îmbunătăți semnificativ circulația cerebrală.

● E bine de știut că una dintre cele mai cunoscute plante care luptă împotriva circulației deficitare, ***ginko biloba*** este un tonic cerebral

Circulația cerebrală și terapiile naturii

cu rezultate remarcabile. Acesta crește fluxul de sânge către creier. De asemenea, în perioadele de surmenaj intelectual sau într-o sesiune de examene, foarte solicitantă, ajută la îmbunătățirea capacității de concentrare și a memoriei.

● ***Păducelul*** este cunoscut pentru proprietățile sale curative în afecțiunile inimii, însă acționează eficient și asupra sistemului nervos, combătând insomniile, durerile de cap, stările de anxietate și atacurile de panică. Având efect antioxidant, păducelul protejează vasele de sânge și contribuie la dilatarea acestora, îmbunătățind circulația sângelui.

● Beneficiile pe care le are ***ghimbirul*** asupra circulației cerebrale și periferice sunt remarcabile. Dacă aveți o circulație cerebrală deficitară sau deseori mâinile și picioarele reci, ceaiul de ghimbir sau diversele suplimente cu ghimbir vă pot fi de folos.

● Și ***rozmarinul,*** sub formă de suplimente sau ceaiuri este binecunoscut pentru îmbunătățirea circulației sangvine și a capacității de concentare.

Iată cum, apelând la terapiile naturii vă puteți restabili „starea de bine".

Dr. ANDY ANDREI

Lecții de nutriție

Cireșele în dietă

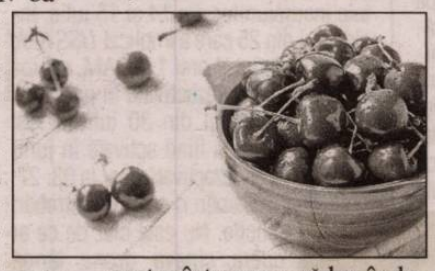
E vremea cireșelor iar Internetul este plin de diete minune cu aceste fructe zemoase și gustoase. Dar, deși promit o slăbire rapidă și spectaculoasă (3 kg în 3 zile), aceste diete scurte și exclusive nu sunt nici pe departe eficiente, ne avertizează dr. nutriționist Laura Ene.

Pentru a avea rezultate pe termen lung, aveți nevoie de mai multe săptămâni și de echilibrarea dietei și cu alte alimente care să asigure toți nutrienții esențiali.

Cireșele sunt excelente în dietă, dar nu ca dietă

Dacă țineți o dietă de 3 zile cu cireșe, veți elimina toxinele din organism, veți pierde multă apă, dar kilogramele pierdute nu sunt „reale", ci se așază la loc în cel mai scurt timp dacă nu continuați cu o dietă sănătoasă și echilibrată.

Pe termen lung, nici un doctor nutriționist nu vă va recomanda o dietă exclusiv bazată pe cireșe sau pe orice alt fruct din cauza unui principiu demonstrat în slăbire: balanța nutrienților.



Conform acestui principiu, o dietă eficientă pe termen lung e formată din 3 mese principale și, eventual, 2 gustări, care să conțină necesarul de fibre, vitamine și minerale la fiecare masă. Din păcate, niciun aliment de pe lumea aceasta nu le conține pe toate. Mai mult, fructele consumate după ora 18.00 vă dau o senzație de foame ce vă va chinui seara și în cursul nopții, iar acest lucru vă poate face să renunțați ușor la dietă.

Cireșele nu sunt întâmplător alese pentru cure de slăbire care promit marea cu sarea. Ele au calități nutriționale demonstrate: au doar 65 de calorii/100 g, conțin antioxidanți și vitamine care asigură organismului energia de care are nevoie. Pe lângă rezultate excelente în detoxiferea organismului, ajută digestia, reduc febra musculară după antrenamente, cresc imunitatea și vă ajută să slăbiți, cât timp sunt consumate în cantitatea și la momentul potrivite.

Un studiu a demonstrat că 45 de cireșe adăugate la dieta zilnică obișnuită reduc nivelul de inflamație din organism. În plus, conțin 70% apă, ceea ce le face sățioase, hidratante și detoxifiante, iar zahărul natural conținut vă ajută în controlul poftei de dulce.

Se naște întrebarea, cum poți să slăbești toată vara cu cireșe? Nu puteți ține o dietă de slăbire exclusiv cu cireșe pe termen lung, însă introducerea lor într-o dietă echilibrată poate fi foarte eficientă. Dacă vă plac cu adevărat, puteți urma o dietă sănătoasă pentru întreaga vară bazându-vă pe proprietățile extraordinare ale cireșelor. Iată cei mai importanți 3 pași:

1 ***Smoothie de cireșe în loc de sucuri și băuturi dulci.*** Dacă obișnuiți să beți sucuri de la raft sau alte băuturi dulci, este vremea să le înlocuiți cu smoothie-uri de cireșe, făcute cu apă plată sau minerală. Fiind dulci, puteți să măriți din plăcere gradul de hidratare al organismului, favorizând astfel slăbirea. Un smoothie făcut dintr-un pumn de cireșe și apă nu depășește 30 de calorii.

2 ***Cireșe în loc de alimente-le hipercalorice și desert.*** În meniul zilnic obișnuit puteți micșora porțiile, eliminând ce este cel mai gras sau dulce și înlocuind cu 100-200 g de cireșe. Spre exemplu, la mic dejun, puteți reduce cantitatea de iaurt și de cereale, adăugând 150 g de cireșe. Puteți mânca la prânz o supă de legume, dar înjumătățiți garnitura: păstrați peștele sau curcanul, apoi completați cu cireșe până la senzația de sațietate. Puteți înlocui și gustările cu cireșe, dar nu le mâncați după ora 18. Cina trebuie să fie doar 20% din totalul zilnic de calorii și formată preponderent din proteine.

Acest pas poate tăia în jur de 500 de calorii din dieta zilnică, cu alte cuvinte pierdeți (ideal!) o jumătate de kg de grăsime și cam tot atâta apă într-o săptămână, fără să vă chinuie senzația de foame.

3 ***Combateți pofta de dulce cu cireșe.*** Când vă chinuie pofta de dulce, cireșele vă aduc salvarea: făcute piure și congelate dacă poftiți la înghețată sau proaspete dacă visați la prăjituri. Dulceața lor este suficient de satisfăcătoare și sățioasă, astfel încât puteți să înlocuiți cu un castronel de cireșe gustările nesănătoase și bogate în calorii (biscuiți, pufuleți, chipsuri, snacksuri, covrigei, floricele etc.).

Mai exact, puteți crea un deficit caloric de 500-600 de calorii pe zi doar prin înlocuirea câtorva sute de grame de produse de patiserie sau cofetărie cu 400-500 calorii/100 g cu cantități duble sau triple de cireșe.

Așadar, cireșele pot înlocui toată vara deserturile și gustările hipercalorice, băuturile dulci și mare parte din alimentele grase din meniul zilnic. La un deficit de 500-600 de calorii creat zilnic prin aceste înlocuiri, veți ajunge să pierdeți până la 4 kg de grăsime în 8 săptămâni. Și asta fără restricții și fără să simțiți că țineți dietă.

Gastronomice

Clătite aperitiv

Aluat: ***1 ou, sare, 250 ml lapte, 100 g făină, 2 linguri ulei, 1/2 linguriță praf de copt.***

Umplutură: ***250 g broccoli, 4 linguri smântână, o ceapă medie, 2 căței usturoi, o lingură unt, sare, piper, pătrunjel verde.***

Se bate oul cu un praf generos de sare pentru 2-3 minute. Se adaugă laptele și făina treptat, apoi se încorporează uleiul și praful de copt. Se prăjesc clătitele într-o tigaie antiaderentă cu câteva picături de ulei până ce se rumenesc pe ambele părți. Se taie ceapa fin cu usturoiul și se călesc într-o lingură de unt. După 1-2 minute se adaugă buchețelele de broccoli, se toarnă 3-4 linguri cu apă și se așază un capac peste. Se lasă legumele să se pătrundă bine la abur, timp de 7-8 minute. Legumele se zdrobesc ca pentru piure, apoi se adaugă smântâna, sarea, piperul și pătrunjel tocat fin. Se umplu clătitele cu sosul de broccoli astfel obținut și se servesc.

Plăcintă cu cireșe

Aluat: ***300 g făină, o lingură praf de copt, o linguriță bicarbonat de sodiu, 120 g zahăr, 120 g unt, esență vanilie, 2 ouă, sare.***

Umplutură: ***200 g smântână, 150 g iaurt, 70 g zahăr, esență vanilie, 40 g amidon, 2 linguri zeamă de lămâie.***

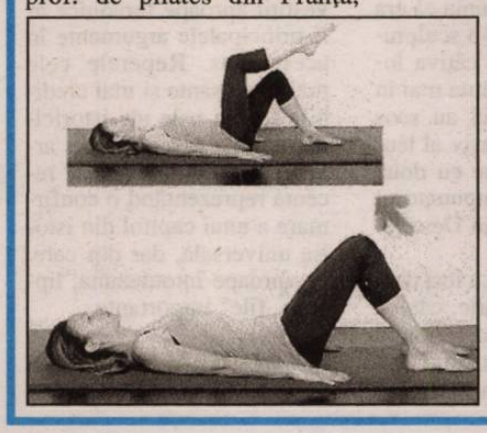
Stratul de fructe: ***600 g cireșe, 250 ml apă, 40 g amidon, scorțișoară.***

Sosul se prepară combinând cireșele cu apă și puțină scorțișoară într-o cratiță care se pune la foc mediu, iar când compoziția se încălzește, se separă 2-3 linguri de zeamă și se amestecă bine cu amidonul. Se pune amidonul dizolvat peste fructe și se amestecă până ce se obține un sos de fructe îngroșat. Cât se răcește sosul, se prepară blatul. Se amestecă făina cu praful de copt, zahărul, sare și bicarbonat. Se adaugă untul cât mai rece, ouăle și esența de vanilie și se amestecă totul până se obține un aluat omogen. Se întinde cu mâna 2/3 din aluat într-o tavă de tort tapetată cu hârtie de copt și se ridică aluatul pe pereții tăvii. Peste restul de compoziție se pun încă 2 linguri de făină, se omogenizează și se fărâmă aluatul cu o furculiță pentru a obține firimituri. Crema se prepară prin amestecarea iaurtului cu smântâna, zeama de lămâie, esența de vanilie, amidonul, ouăle și zahărul. Peste blatul întins în tavă se așază sosul de cireșe, deasupra se întinde crema de smântână, iar peste aceasta se presară firimiturile de aluat. Plăcinta se coace 45-50 de minute, la foc potrivit.

Dosarele frumuseții

Abdomen plat

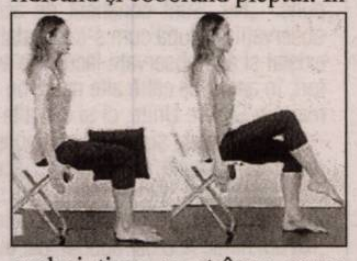
Mai ales vara, oglinda ne sugerează să căutăm soluții pentru a dobândi un pântec plat. Una dintre acestea o reprezintă exercițiile fizice. Rezultate garantate veți observa la o lună de la începutul seriei de exerciții, ne asigură prof. de pilates din Franța, Elodie Ley. Condiția este de a le face cu regularitate. Fiecare exercițiu se repetă de 4-6 ori, în cadrul a cel puțin două secvențe pe săptămână.



Exercițiul 1: Întinsă la sol, cu gambele flexate. Inspirați pe nas, expirați pe gură contractând perineul și zona pelviană. Când expirați, ridicați gamba flexată la 90º deasupra șoldului. Inspirați, apoi alternați cu celălalt picior.

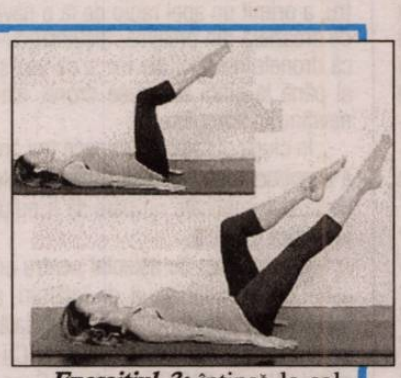
La ce să fiți atenți? Să nu basculeze bazinul, spatele nu trebui să fie nici încovoiat, arcuit, nici afundat în covor.

Exercițiul 2: Așezată pe un scaun, cu spatele drept, o pernă mică între genunchi. Inspirați pe nas apoi expirați pe gură ridicând și coborând pieptul. În



același timp se strânge perna între gambe și se presează scaunul cu palmele.

Pentru a crește dificultatea exercițiului, ridicați ușor piciorul de la sol în momentul expirației. Alternați cu celălalt picior.



Exercițiul 3: întinsă la sol, brațele pe lângă corp, gambele flexate. Inspirați pe nas. Expirați pe gură și ridicați un picior, apoi pe celălalt la 90º deasupra șoldului. Expirând, întindeți piciorul drept spre înainte. Alternați cu celălalt picior (de 3-6 ori de fiecare parte).

Pentru a crește dificultatea exercițiului, întindeți ambele picioare spre înainte în același timp.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Fenomene aerospaţiale neidentificate

„Drone" neidentificate deasupra unor distrugătoare

În contextul evenimentelor OZN pe care le-am redat pe această pagină în ultimii trei ani şi jumătate, s-au înmulţit şi rapoartele devenite publice privind întâlnirile cu vehicule inexplicabile.

O serie bizară de asemenea evenimente s-a desfăşurat în iulie 2019, în jurul Insulelor Canalului din California. De-a lungul mai multor zile, grupuri de aeronave neidentificate, la care marina americană se referă pur şi simplu ca „drone" sau „vehicule aeriene fără pilot (UAV)", au urmărit ambarcaţiunile *US Navy*, determinând o anchetă la nivel înalt.

În timpul întâlnirilor, derulate seara, au fost raportate până la şase obiecte care roiau simultan în jurul navelor. „Dronele" au fost descrise ca zburând pentru perioade lungi, în condiţii de vizibilitate redusă şi efectuând manevre sfidătoare deasupra navelor de război ale Marinei, în apropierea unei zone sensibile de antrenament militar, aflat la mai puţin de 100 de mile de Los Angeles. Ancheta care a urmat a utilizat date ale Marinei, Pazei de Coastă şi Biroului Federal de Investigaţii (FBI). Incidentele au determinat implicarea, inclusiv a şefului operaţiunilor navale - vârful lanţului de comandă al Marinei.

Primele detalii despre evenimente au devenit cunoscute după ce, anul trecut, regizorul de documentare Dave Beaty a dezvăluit o întâlnire tensionată, care a culminat cu desfăşurarea echipelor de informaţii la bordul distrugătorului *USS Kidd*. Începând cu 23 martie 2021, publicaţia *The War Zone* a publicat o investigaţie mai detaliată a cazului, efectuată de Adam Kehoe şi Marc Cecotti, investigaţie din care rezum mai jos informaţiile esenţiale.

Cei doi autori au descoperit, prin solicitări repetate de documente, pe baza legii libertăţii de informare (FOIA), ca şi din sistemul de identificare automată de localizare a navelor (AIS), că aceste evenimente au fost mult mai extinse decât se ştia anterior.

Vehicule aeriene neidentificate

Se pare că incidentele au început în noaptea de 14 iulie 2019, în jurul orei 22.00, când jurnalul de bord al distrugătorului *USS Kidd* menţionează prima observare a două vehicule aeriene fără pilot (UAV). Fiecare navă posedă o echipă „de interpretare şi exploatare fotografică", numită „echipa SNOOPIE" *(Ship Nautical Or Otherwise Photographic Interpretation and Exploitation team)* însărcinată cu documentarea contactelor necunoscute şi a unor evenimente sau obiecte de interes. O navă cum este *USS Kidd*, echipată cu sistemul radar computerizat *Aegis*, având unii dintre cei mai sofisticaţi senzori din lume, pentru a urmări şi ghida armamentul, dar marinarii SNOOPIE, posedând camere obişnuite, acţionează ca un fel de echipă agilă de observare şi înregistrare a evenimentelor, prin metode video şi foto tradiţionale.

La mai puţin de 10 minute de la prima observare, *USS Kidd* a informat distrugătorul *USS Rafael Peralta* despre situaţie. Jurnalul de bord arată că, în jurul orei 22.00, *USS Rafael Peralta* şi-a activat propria echipă SNOOPIE. El arată, de asemenea, că de la distrugătorul *USS John Finn* veneau rapoarte despre observări suplimentare. La scurt timp după observarea iniţială, a fost văzută şi o lumină roşie intermitentă.

Printre intrările mai dramatice ale acestui incident, din jurnalele de bord, se numără şi cea de la *USS Rafael Peralta*, care descrie o lumină albă care plana deasupra navei. Jurnalul reflectă faptul că drona a reuşit să egaleze viteza distrugătorului care se deplasa cu 16 noduri, menţinând o poziţie fixă deasupra platformei de aterizare a elicopterului navei. Mai mult, drona realiza asta în condiţii de vizibilitate redusă (mai puţin de o milă marină) şi noaptea. Întâlnirea a durat peste 90 de minute – mult peste ceea ce pot susţine dronele disponibile în comerţ.

Potrivit datelor AIS, în imediata apropiere a distrugătoarelor se aflau câteva nave civile, care, ulterior, au devenit şi ele obiect al anchetei.

Dronele au reapărut în noaptea a doua: 15 iulie 2019. Prima semnalare a făcut-o *USS Rafael Peralta*, care şi-a desfăşurat echipa SNOOPIE la 20: 39. La ora 21: 00, şi *USS Kidd* a văzut dronele şi îşi desfăşurase propria echipă SNOOPIE. Dronele păreau să urmărească navele, chiar dacă ele au continuat să manevreze pe tot parcursul incidentelor. Până la 21: 20, jurnalul *USS Kidd* remarcă pur şi simplu „Mai multe UAV-uri în jurul navei" – cu cuvântul „deasupra" barat. 17 minute

mai târziu se activează sistemul de vizionare electro-optică, util probabil în încercarea de a înţelege ce se întâmplă în jurul navei şi, eventual, pentru a identifica dronele noaptea. Aproximativ în acelaşi timp, jurnalele distrugătorului *USS Russell* descriu drone care cad din înalt şi se mişcă apoi înainte şi înapoi, la stânga şi la dreapta. Între timp, *USS Rafael Peralta*, care a înregistrat mai întâi două UAV-uri, apoi patru, a primit un apel radio de la o navă de croazieră din preajmă, înştiinţându-i că dronele nu sunt ale lor şi că văd şi ei până la cinci sau şase drone, manevrând în apropiere.

În ciuda duratei de aproape trei ore a evenimentului, niciuna dintre navele de război implicate nu pare să fi putut identifica dronele.

Aşa cum era de aşteptat pentru un astfel de set neobişnuit de întâlniri, a fost lansată imediat o anchetă oficială, implicând Serviciul de Investigaţii Criminale Navale (NCIS), Garda de Coastă, FBI etc. Informaţiile au ajuns şi la comandantul flotei Pacificului şi la şeful operaţiunilor navale (CNO) – vârful ierarhiei marinei, care este şi membru al şefilor de stat major.

Se pare că obiectivul iniţial al investigaţiilor a fost nava *Alguita*. Dar s-a aflat că, deşi ea avea drone la bord, acestea aveau capacităţi foarte limitate, fiind incapabile să opereze la mai mult de câţiva metri de navă. În plus, drona Phantom IV, existentă aici, este un quadcopter mic şi are un timp de zbor maxim de 28 de minute. În plus, în a doua noapte, *Alguita* a fost semnificativ la vest de evenimente.

Anchetatorii au încercat apoi să excludă posibilitatea ca dronele să fie operate chiar de Marină. Până marţi, săptămâna următoare, un reprezentant al Facilităţii de control şi supraveghere a zonei flotei (FACSFAC) cu sediul în San Diego a precizat că UAV-urile militare erau operate de Marină doar în anumite zone limitate. În plus n-au existat zboruri cu drone pe 14 iulie.

Documentele obţinute de cei doi investigatori arată că în după-amiaza zilei de 23 iulie, anchetatorii militari încă se luptau cu stabilirea cauzelor incidentelor, iar după 25 iulie, pista de e-mail „devine rece"...

Întrebări dificile

În mod remarcabil, incidentele cu drone s-au repetat, chiar în această perioadă, în primele ore ale zilei de 25 iulie şi 30 iulie, deci exact în momentul în care anchetatorii începeau să examineze briefing-urile clasificate şi aparent căutau încă să identifice cauza din spatele incursiunilor din 14 şi 15 iulie. Incidentul din 25 care a implicat *USS Kidd* a început în jurul orei 1: 20 AM, echipa SNOOPIE fiind dezactivată în jurul orei 01: 52. Incidentul din 30 iulie a fost mai lung, echipa fiind activată în jurul orei 02: 15 şi dezactivată doar la 03: 27.

Rămân o serie de întrebări dificile. Nu este clar de ce ar opera cineva drone lângă navele de război ale Marinei într-un mod atât de sfidător. Dronele disponibile în comerţ nu sunt în mod obişnuit capabile să zboare pe o durată atât de mare, pe distanţe mari, ori cu viteze de peste 45 de mile pe oră. Pe baza datelor colectate, disponibile în jurnalele de bord, se poate estima că, în incidentul din 14 iulie, dronele au parcurs cel puţin 100 de mile marine.

În plus, dronele au reuşit să localizeze şi să se sincronizeze cu un distrugător care mergea cu 16 noduri, în condiţii de vizibilitate mai mică de o milă marină. La fel de derutant, operatorii acestora trebuiau să fi coordonat cel puţin cinci până la şase drone simultan.

Într-un alt articol, din 5 aprilie 2021, cei doi autori arată că recent, la o masă rotundă cu reporteri, amiralul şef al operaţiunilor navale Michael Gilday, ofiţerul cu cea mai mare funcţie în marina americană, a fost întrebat despre incidentele bizare, din iulie 2019, cu „drone" care roiau în jurul distrugătoarelor americane în largul coastei din sudul Californiei. Jeff Schogol de la *Task & Purpose* voia să ştie dacă Marina a identificat pozitiv vreuna dintre aeronavele implicate şi Gilday a răspuns: „Nu. Sunt conştient de aceste observaţii şi, după cum s-a raportat, au existat şi alte observaţii făcute de aviatori, în aer şi de către alte nave, nu numai din Statele Unite, ci şi din alte ţări – şi, bineînţeles, şi de alte componente din forţa comună americană". „Aceste descoperiri au fost colectate şi încă sunt în curs de analiză", a adăugat Gilday. „Nu am nimic nou de raportat, dar avem un proces bine stabilit în forţele armate reunite pentru a colecta aceste date şi pentru a le trimite într-un depozit comun, în vederea analizei."

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Misterul leului din Chaeronea

Geograful şi istoricul grec Pausanias (110-180 d.Hr.) este autorul monumentalei opere *Descrierea Greciei*, în care, printre altele, oferă informaţii amănunţite despre războaiele purtate de armata macedoneană împotriva geţilor nord-dunăreni conduşi de regele Dromihete.

În aceeaşi lucrare, el menţionează un episod oarecum straniu privitor la ridicarea de către tebani a unui monument uriaş ce înfăţişa un leu, în apropierea localităţii Chaeronea (în Beotia, la est de faimosul Delfi), pentru a-i comemora pe războinicii conaţionali morţi în bătălia împotriva basileului Filip al II-lea al Macedoniei.

Calul lui Taylor

Foarte multă vreme, despre imensa sculptură nu s-a mai ştiut nimic, în afara consemnărilor lui Pausanias şi a unei scurte menţiuni, aparţinând istoricului Strabon, despre „mormintele celor căzuţi în luptă", aşadar un cimitir al luptătorilor care şi-au pierdut viaţa în vecinătatea satului beotian, nici acesta nefiind însă cunoscut de arheologi şi de istorici.

Ceea ce numim hazard a făcut totuşi ca preţioasele vestigii să iasă la lumină, în urma unui incident mai degrabă anecdotic petrecut în anul 1818. Arhitectul britanic George Ledwell Taylor se afla în acea vară în oraşul Livadia, împreună cu doi prieteni. Întrucât Chaeronea se afla în apropiere, iar acesta avusese inspiraţia să ia cu el cartea lui Pausanias, au pornit călare către sat.

La circa două ceasuri înainte de a ajunge, calul lui Taylor s-a poticnit din cauza unei bucăţi de marmură ieşite din pământ. Bărbatului i s-a părut curioasă forma „pietrei" respective, aşa că au descălecat, pentru a o cerceta mai amănunţit.

După ce au săpat puţin în jur, şi-au dat seama că era un fragment dintr-o sculptură şi au apelat la câţiva localnici pentru a căuta mai în profunzime. Astfel au scos la iveală capul masiv al leului ce reprezentase cu două milenii în urmă impunătorul monument; leul din Descrierea Greciei.

Ulterior, acesta a fost dezgropat în mare parte, câteva bucăţi fiind însă deteriorate sau rămase în pământ. Câţiva ani mai târziu, un general grec, probabil în căutare de comori, a ordonat spargerea piedestalului uriaş. A găsit numai suliţe şi scuturi vechi, unele având pe ele nume scrise încă lizibil. După multe alte decenii, monumentul a fost reconstituit, fără însă a se cunoaşte înfăţişarea sa originală. Oricum, el impresionează inclusiv prin dimensiuni: piedestalul are înălţimea de 3 metri, iar leul aşezat cu picioarele din spate sub el are 3,80 metri.

Redutabila „Trupă sacră"

Săpăturile efectuate în preajma locului unde fusese descoperită sculptura au cuprins şi un tumul, în interiorul căruia s-au găsit numeroase vestigii ce i-au determinat pe arheologi să considere că se aflau în faţa unui mormânt comun al redutabililor războinici care alcătuiseră aşa-numita „Trupă sacră": luptători foarte bine antrenaţi, neînfricaţi şi care îşi erau fideli unii altora.

În total, au fost dezgropate osemintele a 254 de bărbaţi, scheletele fiind dispuse pe şapte rânduri. Unele au arme legate de ele, poartă urme de răni şi o parte dintre războinici par a se ţine de mâini, dincolo de moarte. Săbii, vârfuri de lance macedonene de 38 cm lungime, vase, monede din secolul al IV-lea î.Hr., fragmente de lemn arse – toate acestea au întregit inventarul unei descoperiri de excepţie, care însă nu şi-a dezvăluit toate secretele.

Pe lângă faptul că însăşi înfăţişarea ansamblului rămâne necunoscută integral, există chiar istorici care contestă ipoteza că acolo ar fi fost ridicat un monument teban ce ar marca locul jertfei „Trupei sacre", ci mai degrabă unul în memoria macedonenilor ucişi în bătălia din anul 338 î.Hr.

Dar şi aici există rezerve: costul foarte mare şi lipsa de îngăduinţă a lui Filip al II-lea pentru asemenea investiţii aproape faraonice ar fi principalele argumente în acest sens. Reperele cele mai interesante şi mai credibile rămân cele ale istoricilor antici, descoperirile arheologice de dată relativ recentă reprezentând o confirmare a unui capitol din istoria universală, dar din care, ca aproape întotdeauna, lipsesc „file" importante.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Doamna şi licornul – legendă şi realitate

Fabuloasa imagine şi destinul tragic al unei creaturi străvechi, considerată o legendă eternă, se suprapune în mod bizar mai multor mărturii ce au străbătut epocile civilizaţiei umane.

Ca reprezentare artistică, binecunoscutele tapiserii franceze *La Dame à la licorne* din Muzeul Cluny, care evocă cele cinci simţuri umane cunoscute sau remarcabila suită intitulată *La Chasse à la Licorne*, aflată în New York, constituie efigia cea mai valoroasă a acestei teme de referinţă din cultura lumii.

Pe calea „marilor invazii" orientale

Cele două elemente menţionate mai sus trimit către viziunea asupra legendei licornei (nume feminin în limba franceză), în manieră artistică, aşa cum apărea ea în secolul al XV-lea. Şi nu doar în spaţiul european. „Calul alb cu corn în frunte", numit şi unicorn, monocer sau monodon, a fost asimilat unor animale reale de pe alte continente, prea puţin sau deloc cunoscute de europeni: rinoceri, diverse specii de erbivore, dar şi narvalul trăitor în ocean.

Dacă însă trimiterile livreşti pot părea fantezii pure, sunt tulburătoare cele referitoare la aria geografică unde în Lumea Veche „trăia" impresionantul animal – din China şi India, până în Persia, Orientul Mijlociu şi ţărmurile estice ale Mediteranei.

În ediţia fabulelor lui Esop publicată la Lyon în anul 1486, între ilustraţii apare un detaliu şocant. De remarcat că autorul trăitor în secolele VII-VI î.Hr. ar fi adaptat legenda auzită de la un indian.

Desenul referitor la *Lupta dintre patrupede şi păsări* înfăţişează de o parte două acvile, o barză şi un liliac, iar de partea cealaltă, confruntându-se cu zburătoarele, un iepure, o vulpe, un cerb şi un licorn! Evident, unicornul era creditat cu atribute absolut speciale, motiv pentru care era mult-căutat şi vânat pentru cornul său „magic", plin de virtuţi terapeutice.

Admiţând o asemenea idee, trebuie să spunem şi că tocmai curiozitatea savanţilor ar fi putut duce la dispariţia lui, după disertaţiile asupra originii şi a naturii creaturii, a modului de a o captura şi a calităţilor medicale ale cornului.

La Dame à la licorne

Înainte de Potop...

Partea cea mai impresionantă a legendei licornului este cea a metodei unice prin care acesta putea fi vânat. Potrivit unui fragment din Talmud citat de istoricul farmacist Eugène-Humbert Guitard (1884-1976), a fost imposibil ca animalul să fie băgat în Arcă, astfel că a fost legat de navă cu ajutorul cornului şi el a rămas în apă fără să se înece. În secolul XVII, naturalistul german Johann Sperling susţinea că unicornul era un animal antediluvian, dispărut însă după Potopul biblic.

Descrierile sale din spaţiul asiatic evocă mai degrabă un animal fioros, cu înfăţişarea compusă dintr-un adevărat puzzle al lumii mamiferelor. Abia în epoca medievală, trăsăturile sale fizice se focalizează în simbolismul heraldic, devenind astfel un fel de pursânge alb, învestit cu virtuţi cavalereşti: putere, curaj, puritate şi iubire nobilă. De aici, şi „raţiunea" de a i se utiliza cornul ca antidot şi element purificator.

Edward al III-lea cu unicorn şi leu. Anglia, 1567.

Apoi, Cruciadele au adus în spaţiul european acele elemente în plus din legenda licornului potrivit cărora numai o fecioară poate ademeni animalul – fără dorinţa de a-i pricinui vreun rău – şi astfel poate fi capturat sau ucis. Şi, foarte interesant, astfel de relatări insolite apar în numeroase opere literare, creaţii artistice şi relatări măcar în parte credibile.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

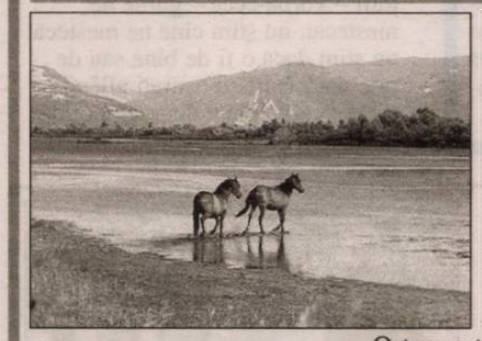
---

100 de locuri de văzut în România

Insula Ostrov

Aflată în mijlocul Dunării, în dreptul localităţii Moldova Veche, şi inclusă recent în circuitele turistice destinate celor care vor să viziteze judeţul Caraş-Severin, insula Ostrov este una dintre cele mai frumoase oaze naturale din Banat.

Insula Ostrov se află la aproximativ trei kilometri de port şi se ajunge la ea în doar câteva minute, închiriind o barcă sau o şalupă de la proprietarii locali. Pe insulă trăiesc zeci de cai sălbatici, descendenţi din cei crescuţi prin anii 1970 de localnicii sârbi din Moldova Veche.



În 1989, insula a fost total dezafectată, urmând să fie transformată într-un depozit de steril de minereu provenit de la zăcămintele de cupru şi metale rare din zonele de exploatare de la Moldova Nouă. Ulterior minele au fost închise şi insula a rămas un rai de verdeaţă şi sălbăticie, întins pe aproape 1.600 de hectare şi deloc afectat de poluare. Astăzi, aici se mai pot vedea, pe lângă caii sălbatici, şi păsări precum egreta neagră, cormoranul mare sau stârcul roşu, lebede şi altele.

Turiştii au prilejul să vadă peisaje de o deosebită frumuseţe, mai ales spre apus, când cele două mici lacuri, fără legătură directă cu Dunărea, aflate pe insulă, par două reflectoare uriaşe în care razele soarelui se oglindesc.

Unul dintre obiectivele care ar putea atrage turişti este locul unde, conform legendei, se află îngropat Attila, cel mai mare conducător al hunilor, poreclit „Biciul lui Dumnezeu".

Cel mai înalt loc de pe insula Ostrov este o movilă de pământ, iar legendele locale spun că acolo ar fi mormântul lui Attila. Regele ar fi fost îngropat în trei sicrie, unul de aur, unul de argint şi unul de fier.

Se mai spune că Attila ar fi avut un armăsar negru, iar caii sălbatici de azi ar fi urmaşii acelui armăsar. Există chiar şi un traseu numit „Pe urmele lui Attila", de şase kilometri, ce poate fi parcurs în cel mult trei ore.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Cimitirul Eroilor

Astăzi, 10 iunie, Biserica Ortodoxă şi cea Greco-Catolică prăznuiesc Înălţarea Domnului, moment care încheie ciclul sărbătorilor pascale. Evenimentul este prăznuit întotdeauna într-o zi de joi din a şasea săptămână de după Paşti şi este cunoscut în popor şi sub numele de Ispas.

Dacă Învierea Domnului a fost lipsită de martori, Înălţarea Sa la ceruri s-a petrecut în faţa Apostolilor şi a îngerilor. Potrivit celor relatate în „Faptele Apostolilor", după Înviere, Mântuitorul s-a arătat de mai multe ori, întâlnindu-se cu credincioşii dar a 40-a zi a mers împreună cu Apostolii la Muntele Măslinilor şi le-a poruncit să rămână în Ierusalim până ce va pogorî peste ei Duhul Sfânt. Apoi a fost învăluit într-un nor şi ridicat la ceruri în slava îngerilor. Apostolii priveau cu tristeţe spre cer dar îngerii i-au asigurat că „Iisus iarăşi va veni" şi s-au întors cu bucurie în Ierusalim.

Iniţial sărbătoarea Înălţării Domnului avea loc odată cu Rusaliile la 50 de zile după Înviere. De la sfârşitul secolului al IV-lea şi începutul celui de al cincilea cele două praznice s-au despărţit.

În ţara noastră ziua de Înălţare este închinată Eroilor care au căzut pe câmpul de luptă pentru apărarea ţării. În această zi, pe lângă slujbe şi pomeni, la ora 12 se trag toate clopotele bisericilor în memoria celor care s-au jertfit pentru ţară. De aceea încercăm să vă prezentăm astăzi unul dintre aşezămintele închinate acestei mari sărbători. Ne-am oprit asupra Mănăstirii Înălţarea Domnului din comuna Mircea Vodă, judeţul Constanţa. Mănăstirea cu obşte de maici, a fost înfiinţată după anul 2001 pentru permanenta cinstire a eroilor, la iniţiativa Asociaţiei Cultul Eroilor.

Biserica, resfinţită în anul 2007 străjuieşte unul dintre cele mai mari cimitire din ţară, supranumit „Mănăstirea Dobrogei". Este un cimitir internaţional onorific în care, pe patru parcele sunt ridicate mulţimi de cruci identice, unele inscripţionate cu numele eroului căzut, pe altele scriind „erou necunoscut". Alte oseminte au fost depuse într-o groapă comună deasupra căreia se ridică un mausoleu.

Povestea cimitirului a început după terminarea Primului Război Mondial când regele Ferdinand I a ordonat ca toţi militarii căzuţi pe teritoriul dobrogean să fie depuşi într-un loc indiferent de etnie, confesiune sau tabăra în care au luptat. Ca urmare au fost aduşi împreună, după moarte, români, ruşi, polonezi, evrei, sârbi, bulgari.

Piatra de temelie a Cimitirului Internaţional a fost pusă în 1925 când a fost ales terenul de 8.000 mp. Conform planurilor, lucrările urmau să fie încheiate în 1928, dar din cauza complexităţii acestora, s-au încheiat abia în 1932. Au fost înhumaţi aici, 5.160 de eroi: români – 99 cunoscuţi şi 1.218 necunoscuţi, ruşi – 78 cunoscuţi şi 988 necunoscuţi, germani – 76 cunoscuţi şi 428 necunoscuţi, bulgari – 134 cunoscuţi şi 1.894 necunoscuţi, sârbi – unul cunoscut şi 244 necunoscuţi.

În centrul cimitirului se află mausoleul, deasupra osarului, de dimensiuni impresionante, cu un vultur de bronz şi un postament de marmură albă susţinut de patru coloane de marmură neagră. În osuar se află rămăşiţele pământeşti a 4.852 de militari.

În 1928 a fost amenajată capela cu hramul Înălţarea Domnului. Construită în stil bizantin, prezintă trei cupole acoperite iniţial cu tablă zincată. Este ridicată pe fundaţie de beton iar zidurile sunt din piatră dobrogeană. Pe faţadă sunt două basoreliefuri din bronz, cel din stânga expunând efigiile lui Mircea cel Bătrân şi Împăratul Traian, iar cel din dreapta ale lui Carol I şi Ferdinand I. Biserica a fost pictată în 1932 şi refăcută în 1977-1978.

Transformată în mănăstire de maici, alături de cinci monumente din cimitir constituie o mărturie a curajului şi eroismului cu care au fost apărate aceste meleaguri.

IRINA STOICA

Columna lui Traian – Axa Lumii

Impresionantul monument, ridicat în inima Romei în anul 113 pentru a comemora victoria armatelor imperiale împotriva regatului Daciei, este considerat aproape exclusiv o mărturie istorică a evenimentului de importanță covârșitoare pentru „nașterea" poporului român, dar și sursă a altor mari transformări și realizări, de asemenea de natură istorică.

În realitate, Columna lui Traian constituie un simbol artistic, arhitectonic și, evident, spiritual, de o complexitate inimaginabil de largă, cu adânci ancorări în mentalul colectiv.

Istoria „îmbrățișată" de artă

Înaltă de 40 de metri, coloana avea inițial drept „coroană" statuia împăratului Traian, a cărui cenușă se afla depusă într-o încăpere dedicată acestuia, de la baza edificiului. Așadar, ansamblul avea și valoare de mausoleu.

Ulterior (în anul 1587), efigia suveranului, care fusese topită, a fost înlocuită cu cea a Sfântului Apostol Petru, întâiul ocupant al jilțului papal. Este evidentă aici ilustrarea convergenței a două mentalități aparent diferite, în ideea că monumentul artistic și istoric semnifică deopotrivă un centru și un reper comun Imperiului Roman și creștinismului catolic.

Friza, împletită în spirală pe circa 200 de metri în jurul monumentului, a fost realizată în basorelief, din marmură de Carrara, de sculptori greci din Siria coordonați de faimosul arhitect Apollodor din Damasc, proiectul fiind impus de oficialitățile religioase și politice romane.

Amănuntul este foarte important, întrucât astfel se explică și îmbinarea concepției realiste specifice lumii peninsulare italice, dominată cumva de o anume austeritate a simbolisticii complexe, cu gustul oriental pentru decorurile bogate și pentru reprezentările încărcate.

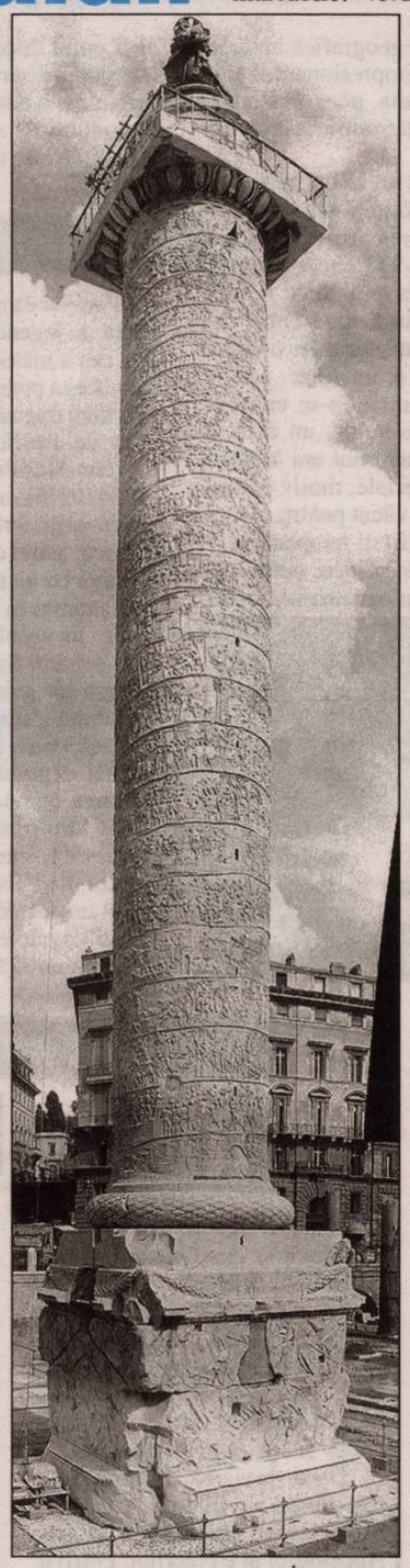
Totodată – după cum remarcă istoricul român Radu Vulpe – „ceea ce atrăgea admirația și interesul tuturor era relieful său, cu abundența și dinamismul scenelor reprezentate, cu însușirile artistice ale concepției și ale execuției, care păreau pe atunci exemplare. Nu există artist al Renașterii, corifeu sau anonim, care să nu se fi format prin studiul pasionat al imaginilor de pe Columna Traiană. În fața lor un Michelangelo sau un Rafael rămâneau în extaz, neavând altă ambiție decât să le egaleze virtuozitatea (s.n.), fără a-și da seama că, în genialele lor producții proprii, aveau să întreacă aceste modele, suind până la culmi nebănuite ale artei."

Naștere din telluric, ancorare în cosmic

Să nu omitem faptul esențial că monumentul a fost plasat în centrul celui mai amplu și mai impresionant forum imperial, dedicat celui pe care Senatul Romei l-a numit Optimus Princeps („Cel mai mare principe"), complex arhitectonic așezat la rândul său în centrul capitalei.

Locul concretizează rolul simbolic al edificiului: în acest sens, columna înălțată spre cer sugerează continuitate, o logică simplă și operativă a cuceririi prin forță, ce se prelungește prin opusul ei – construirea unei noi lumi, a unei realități superioare celei precedente.

La fel, forma spiralată a remarcabilei „saga" artistice sugerează că episoadele înfățișate includ și imperativul de a fi continuate; către celest și cosmic? către divin? Fără îndoială, către amândouă, căci coloana este și un punct fix, central, de naștere, însuși „ombilicul" lumii romane. Derulându-se, cum spuneam, către cer, ea indică în același timp toate direcțiile și servește drept punct de plecare, ca și punct de sosire. Însușirile artistice ale lumii reprezentate în imaginile respective sunt remarcabile: vivacitatea și dramatismul acțiunilor, dinamica maselor, noblețea figurilor, acuratețea execuției, armonizarea gesturilor și atitudinilor.



Totodată, trebuie spus că aceste trăsături principale nu ascund unele defecte ce denotă un început de decadență a artei antice: stângăcii în reprezentarea peisajelor, a aspectelor urbane, a cetăților, erori de perspectivă și de proporții, frecventa înlocuire a unor detalii sculpturale prin elemente specifice picturii.

O calitate artistică de relevat este abilitatea de a sintetiza episoadele povestite; sintetizarea era impusă de dimensiuni limitate ale spațiului destinat reliefului. Artiștii s-au achitat cu multă ingeniozitate de această îndatorire, ajutându-se de trucuri diverse: iluzia maselor numeroase reprezentate de fapt numai prin câțiva indivizi, selectarea celor mai importante elemente dintr-un episod, concentrarea de subiecte multiple într-o singură scenă, exprimarea de stări psihologice prin gesturi convenționale, dar elocvente, utilizare de simboluri pentru noțiuni abstracte.

În Antichitatea romană, monumentele arhitecturale și statuile erau reprezentate artistic în culori: un mod de percepere vizuală în societatea romană ce a avut ca inspirație arta greacă, cea care utiliza culorile pentru propriile lucrări artistice de acest fel.

S-a demonstrat științific că, la origine, scenele de pe Columna lui Traian au primit și ele un accent important de vivacitate cromatică. Capacitatea spectrometriei fluorescenței X a determinat recunoașterea substanțelor colorate din „tegumentele" marmurei, ajutând la reconstituirea fotografică a scenelor Columnei în aspectul lor inițial.

Artă și... nu prea

Devine tot mai dificil să delimităm și chiar să definim actul artistic autentic, și asta nu chiar de ieri, de azi, ci de peste un veac. În prezent însă, așa-numitele noi mișcări, orientări curente în domeniu par a sfida toate regulile domeniului caracterizat în mod esențial prin ideea de estetic.

Ucraineanca Anna Sofia Matveieva pretinde că a lansat ceea ce numește „pictura cu gumă de mestecat". De fapt, „pictură" e un fel de a spune, căci autoarea a înlocuit pensulele, pânza și culorile riguros combinate, realizând modelaje din materialul cu virtuți (în principiu) gastro-psiho-emoționale.

Se-nțelege de la sine că, înainte de a se lansa în înfăptuirea actului artistic, ea se delectează și se relaxează mestecând îndelung produsul respectiv. Devenită ulterior un fel de materie primă, guma de mestecat este sortată după culori și încălzită în cuptorul cu microunde.

Pentru început, Anna s-a axat pe „tablouri" dedicate unor personalități celebre pe plan mondial: un portret al magnatului Steve Jobs meșterit din vreo 1.000 de „gumițe", un altul consacrat muzicianului Elton John și un altul drept omagiu adus remarcabilului antrenor Mircea Lucescu.

Iar ca să adauge un plus de înțelepciune conceptuală lucrărilor sale maxilo-plastice, autoarea spune: „Subiectul lucrărilor mele este recunoscut în domeniul său, s-a hrănit din anumite influențe în cursul carierei sale înainte să inspire numeroase persoane din întreaga lume. Fiecare chewing-gum reprezintă o persoană. În linii mari, este simbolică."

Un discurs-rostire scurtisim din toate punctele de vedere, din care eventualii degustători extaziați de noua exprimare plurisenzorială vor reține câteva înțelepciuni: artista are un subiect care poate îmbrăca multiple identități; subiectul se hrănește și el, însă nu cu ingredientele chewing-gum; suntem cu toții – vorba-ceea – gume de mestecat; nu știm cine ne mestecă; nu știm dacă o fi de bine sau de rău, dar răsuflăm ușurați aflând că toată treaba asta e doar simbolică. În linii mari, mă rog...

Beatles. Și-atât!

Beatles, una dintre cele mai renumite trupe muzicale din toate timpurile, nu mai au nevoie de nicio prezentare. Totuși, există multe lucruri pe care oamenii nu le știu despre componenții săi. De exemplu...

Numele grupului, The Beatles, a venit din mai multe locuri diferite. Banda de motocicliști din filmul „The Wild One" s-a numit Beatles. Se mai spune că membrii formației au fost influențați de numele trupei lui Buddy Holly, Crickets.

„Penny Lane" este una dintre cele mai cunoscute piese ale Beatles. După ce a devenit un mare succes în Marea Britanie, semnele rutiere referitoare la strada din Liverpool (orașul de origine al celor patru băieți) cu acest nume, evocată în cântec, au dispărut constant. Din această cauză, autoritățile au ales să picteze

cuvintele „Penny Lane" pe clădiri, mai degrabă decât să atârne mai multe semne doar pentru a fi furate din nou.

„Hei, Jude" – una dintre cele mai populare melodii ale The Beatles, a fost scrisă de Paul McCartney pentru Julian Lennon, care era fiul lui John Lennon. O filă cu textul parțial în manuscris a fost vândută la o licitație pentru 910.000 de dolari, de nouă ori mai mult decât suma estimată inițial. Julian provine din prima relație a lui John, înainte de a se recăsători cu japoneza Yoko Ono.

„Lucy in the Sky with Diamonds" este o altă piesă dedicată de Beatles micului – pe-atunci – Julian Lennon, ea având și poveste controversată. În binecunoscuta și răvășitoarea epocă hippyes, inițialele titlului ar fi făcut trimitere, de fapt, la drogul LSD atât de apreciat de către membrii mișcării și nu numai de ei!

„Sgt. Pepper's Lonely Hearts Club Band" este probabil cel mai cunoscut album produs de The Beatles. Pe copertă sunt prezentate personalități ale lumii artistice, precum Bob Dylan, Shirley Temple, Laurel and Hardy (Stan și Bran), Marilyn Monroe, dar și... Karl Marx.

„Dezintegrarea" trupei engleze a constituit un proces cumulativ atribuit mai multor factori, precum: fenomenul „Beatlemania", moartea managerului Brian Epstein în 1967, statutul dominator al lui McCartney, consumul de heroină al lui Lennon și relația sa cu Yoko Ono, producția prolifică de compoziție a lui Harrison, disputele asupra companiei lor Apple Corps și a proiectului Get Back, divergențele manageriale.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Ştiaţi că...

◆ ...noţiunile de latitudine şi longitudine au fost introduse pentru prima dată în anul 160 î.Hr. de

Hiparh din Niceea (circa 190-125 î.Hr.)? A fost considerat cel mai mare astronom al Antichităţii.

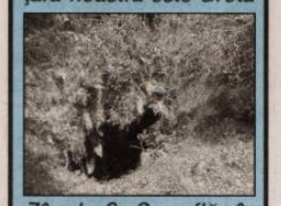
◆ ...Islanda este singura ţară din lume fără vegetaţie arborescentă?

◆ ...cea mai întinsă deltă din lume este Gange – Brah-

maputra din India? Are o suprafaţă de circa 82.000 km.p.

◆ ...limnologia este o ramură a hidrologiei? Se ocupă cu studiul lacurilor.

◆ ...cea mai ramificată peşteră din ţara noastră este Grota



Zânelor? Se află în Munţii Rodnei.

◆ ...ambrozia reprezenta hrana zeilor? Era dătătoare de tinereţe şi nemurire.

◆ ...gavota este un vechi dans francez de origine populară?

Prezintă o mişcare moderată.

◆ ...cea mai puternică tornadă din România a avut loc pe 30 aprilie 2019 în judeţul Călăraşi? Rafalele au atins peste 150 km/h.

Ştiaţi că...

MURANO – „piatra" sticlarilor

Pentru oricare dintre noi, amator de frumuseţe şi de locuri mai puţin obişnuite, bătrâna Veneţie reprezintă, desigur, una dintre cele mai puternice atracţii.

Ajungând aici, fiecare se simte pătruns de sacralitatea celebrei bazilici San Marco, de dantelăria de piatră a Palatului Dogilor, de supleţea punţilor suspendate deasupra apei, aşa cum este Ponte Rialto, de minunile închise între zidurile înalte ale muzeelor. Toate acestea sunt completate de farmecul ascuns al unor insule ceva mai îndepărtate: Lido, Murano, Burano.

Cea mai vestită dintre ele este desigur, Murano, considerată, pe bună dreptate, un fel de patrie a sticlarilor şi bijutierilor. Este alcătuită dintr-o serie de insule mai mici, legate între ele prin poduri, formând o unitate teritorială dintre cele mai interesante din Laguna Veneţiană.

Aflată la circa 1,5 kilometri de nordul Veneţiei, are un diametru cam tot de 1,5 kilometri şi o populaţie de circa 5.000 de persoane. În Antichitate, Murano se numea Amurianum şi era locuit încă din secolul al VI-lea de oameni veniţi din localităţile din jur.

Muzeul Sticlariei din Murano, interior

Locul a fost vestit la început ca un port pescăresc şi apoi pentru producţia sa de sare. Era de asemenea un important centru comercial şi spre deosebire de alte localităţi, avea propria monedă.

În zorii celui de al doilea mileniu călugării Ordinului Camaldolese au ocupat una dintre micile insule pe care au considerat-o un loc potrivit pentru închinare şi reculegere. Ei au întemeiat Mănăstirea Sfântului Mihail (San Michele di Murano) care a devenit un faimos centru de cultură şi tipărituri. Aici şi-a desfăşurat activitatea faimosul cartograf Fra Mauro, ale cărui hărţi au slujit exploratorilor de mai târziu. În 1810 mănăstirea a fost distrusă de trupele lui Napoleon şi în 1814 călugării au fost expulzaţi.

Pământul mănăstiresc a devenit principalul cimitir al Veneţiei.

Faima de cetate a sticlăriei îşi are originea într-un act din 1291, prin care se cerea tuturor sticlarilor veneţieni să se mute în Murano. Au urmat secole în care se exportau minunăţiile create aici şi aşezământul a devenit faimos iniţial pentru mărgelele de sticlă şi pentru oglinzi.

Aici a fost inventat faimosul „aventurin" şi, o vreme Murano a fost considerat principalul producător de sticlă din Europa. Mai târziu, insula a devenit vestită prin candelabrele realizate aici. Cu tot declinul care a început încă din secolul al XVIII-lea sticlăria a rămas principala sa industrie.

Palazzo Giustinian

În secolul al XV-lea insula devenise populară printre veneţienii bogaţi care căutau aici locuri de odihnă. Au fost construite multe palate, demolate mai târziu, iar marginile care erau pline de livezi şi grădini au fost presărate de locuinţe.

Atracţiile arhitectonice ale insulei conţin deopotrivă biserici şi palate. Cea mai cunoscută dintre biserici este „Sfânta Maria şi San Donato", construită din secolul al XII-lea. Aici se găseşte un minunat mozaic bizantin şi se spune că a fost ridicată pe osemintele unui dragon spintecat de Sfântul Donato în secolul al IV-lea.

Remarcabilă este de asemenea Biserica San Pietro cu o capelă aparţinând familiei Ballarin şi împodobită cu opere de Giovanni Bellini.

Dintre palate se remarcă Palazzo da Mula şi, mai ales, Palazzo Giustinian găzduind Muzeul Sticlăriei din Murano. Aici sunt expuse producţiile de sticlă din diferitele perioade ale acestei arte culminând cu cele din secolul al XV-lea, moment în care măiestria sticlarilor de aici ajunsese de neegalat.

Palazzo da Mula

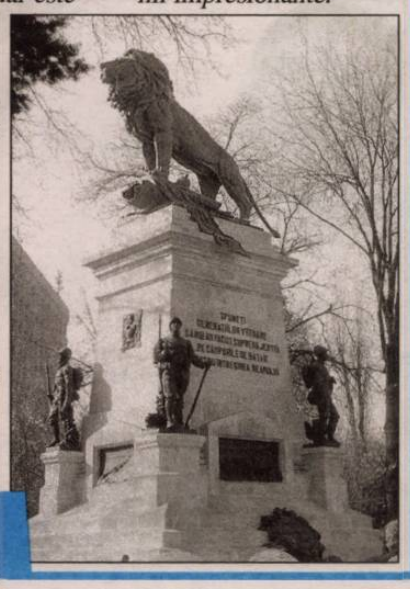
Monumentul „Leul"

Închinat eroilor din Arma Geniu din Primul Război Mondial, Monumentul „Leul" se află în apropierea Palatului Cotroceni din Capitală.

Operă a sculptorului Spiridon Georgescu, a fost turnat în bronz la Fabrica şi turnătoria V.V. Răscanu din Bucureşti.

Elementul principal al grupului statuar este un leu cu o lungime de 5,40 m, o înălţime de 4,40 m şi o greutate de 6.000 de kilograme. Leul ţine picioarele pe o cască şi un drapel de luptă ale trupelor inamice. În cele patru colţuri ale soclului de piatră sunt reprezentaţi patru ostaşi: un cercetaş, un ceferist, un pontonier şi un telefonist. Toţi sunt echipaţi de luptă şi statuile au 2,20 metri înălţime. Pe soclu sunt montate basoreliefuri reprezentând acţiuni specifice ale trupelor de geniu şi inscripţii privitoare la monument.

Acesta a fost dezvelit la 29 iunie 1929, în cadrul unei ceremonii impresionante.



Pagină realizată de
IRINA STOICA

Simboluri ale umanităţii

Ispas

În mitologia română Ispas este un personaj care ar fi asistat la Înălţarea Domnului Iisus Hristos, celebrat în joia din săptămâna a şasea de după Înviere. Era un om vesel şi prietenos, deosebit de credincios şi, de aceea, în ziua prăznuirii sale credincioşii încearcă şi ei să fie cât mai bine dispuşi.

Este sărbătorit în toate regiunile ţării, se sacrifică miei, se taie părul din coada vitelor cornute, se ţin târguri şi Nedei.

Se oficiază tot felul de practici magice legate de cultul morţilor, se fac pomeni şi se împodobesc mormintele cu flori, frunze şi ramuri de paltin.

Se efectuează o serie de ritualuri de îndepărtare a strigoilor care provoacă rele animalelor şi de apărare a casei, se sfinţesc florile şi ramurile plantelor apotropaice: alun, nuc, leuştean, paltin. Se lovesc uşor cu leuştean vitele şi oamenii, sună buciumele, se încheie semănatul plantelor, se urcă boii şi juncanii în păşunile montane.

Scenariu tragicomic la Dollywood

În realitate, nu există „un Dollywood", așa cum știm și cunoaștem giganții cinematografiei numiți Hollywood și Bollywood. Poate tocmai de aceea, o femeie de afaceri din Newark, comitatul englez Lincolnshire, pe nume Roz Edwards, de 49 de ani, s-a gândit că ar trebui să existe și așa ceva, iar denumirea să i se potrivească specificului activității.

Oricare ar fi activitatea, fie ea și una non-cinematografică. Astfel, ea a pus pe picioare o afacere bizară, dar în aceeași notă și profitabilă.

Clienții firmei „Mannakin" a doamnei Roz plătesc cu nonșalanță câte 50 de lire sterline pentru a participa la așa-numitul „hot-drive" – un fel de competiție lipsită de logică, în care doritorii intră într-o curte, din care încearcă să iasă după 15 minute ducând cu ei cât mai multe manechine. În brațe!

Baza de pornire a excentricei idei a constituit-o compania care oferă manechine pentru emisiuni TV precum X Factor și Top Gear. De peste un an însă, aceasta a înregistrat un surplus uriaș în stoc, astfel că a pus la cale proiectul neobișnuit de valorificare a celor peste 20.000 de piese: fragmente de manechine umane și animale, ofertate în diferite stări și la prețuri variabile.

Mrs Edwards a instituit totuși și câteva obligații pentru cumpărătorii de la Dollywood. În afara sus-menționatei limite de timp și a faptului că un cumpărător poate lua numai ceea ce duce singur, că brațele (de manechin) pot fi vândute până la maximum cinci perechi, că se poate cumpăra orice la prețuri între 10 și 2.500 de lire sterline, ingenioasa afaceristă atenționează clientela că se poate veni la competiția de cumpărături, eventual cu un coș impermeabil (manechinele sunt goale în interior, iar depozitarea lor în imensa curte face ca ploaia să pătrundă în ele) ori că „la fața locului nu există toalete ori băuturi răcoritoare"! *(A.N.P.)*

Achiziție valoroasă

Un cumpărător din Connecticut al cărui nume a rămas necunoscut a achiziționat de la una dintre acele vânzări organizate în fața casei un mic bol de porțelan chinezesc pe care a plătit 35 de dolari.

Era o sumă destul de mare pentru „o vechitură" nefolositoare, de aceea, bănuind că obiectul are oarecare valoare l-a fotografiat și a trimis poza acestuia la vestita casă de licitații Sotheby.

Răspunsul a fost uluitor. Vasul data din jurul anului 1400, din timpul dinastiei Ming, iar valoarea lui a fost apreciată între 300.000 și 500.000 de dolari. Micuțul vas pictat cu cobalt a fost „vedeta" licitației care a avut loc și, în cele din urmă, a fost vândut cu 721.000 de dolari. (I.S.)

Un iPhone piroman

Gareth Clear, un australian în vârstă de 36 de ani, a suferit un accident extrem de ciudat și probabil unic în lume prin modul de producere. Transportat la un spital din capitală cu arsuri de gradul trei la un picior, el a relatat o întâmplare la limita incredibilului, care s-ar fi aflat la originea nefericitului incident.

„Mă deplasam pe bicicletă și, la un moment dat, m-am dezechilibrat și am căzut, a relatat bărbatul pentru ziarul Sydney Morning Herald. În momentul următor, am văzut fum ieșind din buzunarul pantalonilor în care îmi țineam telefonul mobil și dintr-odată am simțit o durere foarte puternică. Îmi amintesc că mi-am privit piciorul și am văzut un lichid galben care curgea pe el. Mirosea la fel ca fosforul."

Pacientului nu i-a fost pusă viața în pericol, dar a trebuit să suporte o grefă de piele. Comisia australiană pentru concurență și consum a început o anchetă legată de acest caz, responsabilii declarând că versiunea victimei este perfect plauzibilă.

Ei au arătat că s-a mai întâmplat ca baterii de telefon mobil cu lithium să producă un scurtcircuit în urma unui șoc oarecare: „Un scurtcircuit eliberează întreaga energie a bateriei într-un timp foarte scurt, provocând o încălzire puternică, sub efectul căreia solvenții organici conținuți de electrolit (substanța conducătoare a curentului aflată în bateriile cu lithium) iau foc la fel cum se întâmplă cu benzina".

Un pericol potențial și rarisim, totuși e un pericol de luat serios în calcul, fie și numai fiindcă... îl purtăm asupra noastră aproape tot timpul. *(A.N.P.)*

Cum strică Google piața imobiliară

Minune deosebit de utilă a lumii contemporane supertehnologizate, Google Maps mai face câteodată și boacăne, ba chiar unele „răsunătoare"; la figurat, desigur. O experiență sinistră din acest punct de vedere a trăit autoarea de ficțiune scurtă pentru copii Sally Doherty, după ce a decis, împreună cu soțul ei să caute în spațiul virtual referințe despre o posibilă viitoare locuință de vacanță.

Mergând din aproape în aproape, tânăra a găsit un bungalou în Woking, pe Rightmove și îl căutase pe Google Street View, pentru a-și forma o idee mai bună despre zona înconjurătoare. Ce a urmat nu a avut niciun fel de legătură cu căutările unei case „de vis"; sau, mai degrabă, se poate spune că realitatea a alunecat în tenebrele unui coșmar incredibil.

Scriitoarea în vârstă de 36 de ani a spus că intrarea pe adresa virtuală vizată a dus-o într-un „peisaj sterp" și, în timp ce mergea în căutarea casei, a observat cu groază în imagine o pereche de picioare – bărbătești, după toate aparențele – ce păreau tăiate de la genunchi, purtând șosete al-

be, pantaloni scurți și încălțări negre, stând pe partea laterală a unui drum de țară.

„La început, am fost cumplit de speriată. Cred că am respirat adânc, inima a început să-mi bată puternic... Apoi a fost mai degrabă... un... nu știu exact ce anume. Adică, Street View ar fi trebuit să mă ducă la o casă și brusc ... picioare fără trup! Nu sunt chiar superstițioasă, dar am fost îndepărtată puțin de proprietate, întrucât părea a fi destul de izolată și în mijlocul unui loc al nimănui, iar imaginea Street View evident nu m-a ajutat."

Mărturia despre experiența nu tocmai agreabilă a tinerei a stârnit diverse reacții pe site-urile de socializare. A fost emisă ipoteza că picioarele aparțineau celui care făcuse poza și, din cauza unei probleme tehnice, sistemul a suprapus două imagini, generând astfel senzație de horror. Oricum, casa de vis a femeii s-a transformat într-un loc de coșmar, unde nu se va mai întoarce vreodată. Nici măcar prin Google Maps. *(A.N.P.)*

Conflict la graniță

Un agricultor belgian era cumplit de împiedicat în munca sa de un pietroi de pe marginea terenului său și, de aceea, l-a mutat pur și simplu cu doi metri mai departe. Gestul său avea să declanșeze însă un discret conflict internațional deoarece piatra fusese pusă acolo pentru a marca granița dintre Belgia și Franța.

Granița fusese trasată în 1815 după înfrângerea lui Napoleon la Waterloo. Plasată în 1819 avea înscrisă pe o parte litera F (Franța) și pe cealaltă parte N, teritoriul aparținând la vremea respectivă Olandei. Piatra a rămas în același loc și după 1830 când a fost creat regatul independent al Belgiei căreia i-a revenit pământul.

Incidentul a fost aplanat de primarul belgian al localității iar piatra a fost mutată, Franța recâștigându-și astfel teritoriul pe care era gata să-l piardă. *(I.S.)*

Când copia e mai bună decât originalul

Un vechi proverb spune „Ruşine ucenicului care nu-şi depăşeşte meşterul"; proverbul pare să fie valabil nu doar în discipline tehnice, ci şi în plan artistic, inclusiv în cinematografie.

Adesea, atunci când apare un film care devine instantaneu block-buster, ne este aproape imposibil să credem că vreun eventual remake ar putea fi mai bun.

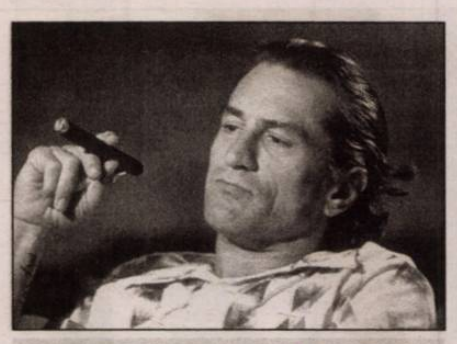
Totuşi, există situaţii când „copia" unui film se dovedeşte a fi mai bună ca originalul, iar actorul sau actorii din rolurile principale au performanţe chiar mai valoroase decât monştrii sacri care s-au impus în acele roluri.

Mads Mikkelsen ca Hannibal Lecter

Prestaţia lui Anthony Hopkins în „Tăcerea mieilor" (1991) i-a adus faimosului actor britanic nu doar Oscarul, ci şi recunoaşterea deplină a talentului

său. Nimeni nu şi-ar fi putut imagina o performanţă mai bună, până când cvasinecunoscutul actor danez Mads Mikkelsen a reluat rolul într-un serial având drept protagonist pe sceleratul psihiatru.

Cu atât mai mult cu cât Mikkelsen l-a interpretat pe doctorul Lecter nu după gratii, ca Hopkins, ci în libertate, reuşind să transmită imaginea unui criminal sadic, dar absolut genial, care suscită cinefililor o veritabilă „fascinaţie a răului".



Robert De Niro ca Max Cady

„Promontoriul groazei", adaptarea pentru cinematografie, realizată în 1962, a romanului „Executanţii", a lui John D. MacDonald, l-a avut în rolul principal pe Robert Mitchum, care a creat astfel unul dintre cele mai reuşite personaje negative din istoria thrillerului american.

Timp de aproape trei decenii, nimeni nu a îndrăznit să reia tema, într-atât de aproape de perfecţiune fusese interpretarea lui Mitchum. Până când, în 1991, Martin Scorsese a avut ideea de a încredinţa dificila partitură actorului său fetiş, Robert De Niro, care a realizat una dintre cele mai puternice creaţii ale sale – din păcate subestimată de criticii de film, care nu au considerat-o demnă de Oscar.

Tom Hardy ca Max Rockatansky

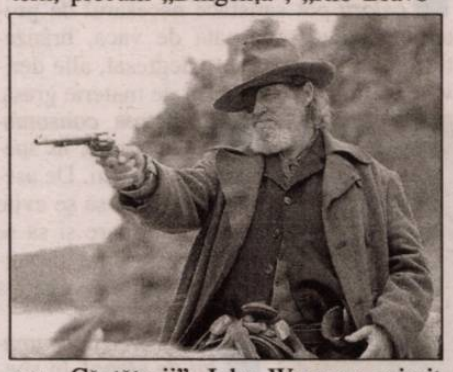
În 1979, regizorul George Miller a lansat o franşiză care-l va propulsa pe aproape necunoscutul Mel Gibson în atenţia publicului larg, transformându-l peste noapte în idolul unei întregi generaţii de rebeli, graţie rolului „Mad Max".

După succesul colosal al filmului, în anii 1980 Gibson a mai reluat de două ori rolul, cu acelaşi succes.

După ce îndrăgitul actor a refuzat să-şi mai încerce şi a treia oară norocul cu acest rol, în 2015, Miller a mizat pe tânărul englez Tom Hardy. Care, deloc timorat de povara care îl apăsa pe umeri, a creat un rol de excepţie, fiind aplaudat la scenă deschisă chiar şi de Mel Gibson.

Jeff Bridges ca Rooster Cogburn

Deşi moştenirea sa cinematografică este legată pentru totdeauna de colaborarea cu regizori ca John Ford sau Howard Hawks în capodopere ale genului western, precum „Diligenţa", „Rio Bravo"



sau „Căutătorii", John Wayne a primit Oscarul pentru rolul din „O sută de dolari pentru şerif", un western mult mai modest ca acţiune.

Mereu dornici să provoace, fraţii Joel şi Ethan Coen au decis, în 2010, să reia partitura (filmul s-a intitulat însă „Adevăratul curaj") cu un alt actor, Jeff Bridges – care, amănunt interesant, avea la data respectivă 61 de ani, adică tot atât cât avea şi Wayne când a jucat rolul Rooster Cogburn (personajul având însă 40 de ani).

Oricât ar fi părut de greu de crezut, chiar şi critica de specialitate a lăudat performanţa lui Bridges, considerând-o mult mai „vie" decât a lui John Wayne, chiar dacă nu a fost aureolată cu Oscar.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

Alexandru Potoceanu

Alexandru Potoceanu s-a născut pe 26 aprilie 1984 la Caransebeş, în judeţul Caraş-Severin, unde a locuit cu părinţii şi cu bunicii paterni până în 1988, când s-a mutat cu ai lui la Timişoara. A făcut parte din trupa de teatru a liceului, iar pentru una dintre piesele în care a jucat aici a fost răsplătit cu premiul pentru „cel mai bun actor", la Festivalul de teatru de la Arad.

Ulterior, a dat examen la Universitatea de Artă Teatrală şi Cinematografică din Bucureşti, pe care a absolvit-o în 2007. În primul an de la absolvire jucase deja în patru piese de teatru: *Monged*, regizată de Vera Ion, *Zdrenţe*, regizată de David Schwartz, *Regele Moare*, regizată de Mariana Cămărăşan, şi *Ferdinand al VIII-lea Regele Spaniei*, regizată de Iarina Demian. Dar, în perioada 2008-2010 nu a avut deloc spectacole, ci a jucat doar în filme şi reclame.

Apoi, în 2010, a venit *Capete înfierbântate. 13-15 iunie 1990*, de David Schwartz şi Mihaela Michailov. Debutul pe marele ecran a fost rolul de brancardier din *Moartea Domnului Lăzărescu* (2005). Apoi a jucat rolul unui transmisionist pe un autovehicul de intervenţie blindat în *Hârtia va fi albastră* (2006), de Radu Muntean.

După ce Cristian Mungiu a văzut filmul într-un mall, unde venise la o vizionare cu public limitat, l-a chemat pe Alexandru Potoceanu la o probă pentru *4 luni, 3 săptămâni şi 2 zile* (2007), actorul primind rolul.

Mai departe au urmat numeroase apariţii în filme străine şi româneşti – în 11 ani a jucat în aproape 30 de filme, dar, spre regretul lui, în de două ori mai puţine piese de teatru.

Una dintre cele mai bune prestaţii a fost cea din *Nunta mută*, film în regia lui Horaţiu Mălăele, dar rolul care l-a consacrat şi pe plan internaţional a fost cel al unui soldat, în pelicula americană *The way back*, în regia lui Peter Weir.

Colţul cu litere

Suc de portocală mecanică

La editura *Humanitas Fiction* a fost publicat recent, în traducerea realizată de Carmen Ciora şi Domnica Drumea după ediţia revizuită de Andrew Biswell, romanul lui Anthony Burgess, *Portocala mecanică*.

Pentru cine a auzit în anii '70 ai secolului trecut de *Portocala mecanică* acest lucru a fost posibil datorită ecranizării realizate de Stanley Kubrick în 1971, într-un film celebru, având-u-i în rolurile principale, cine îşi mai aminteşte, pe Malcolm McDowell, Patrick Magee şi Michael Bates, film care s-a bucurat de o foarte mare atenţie şi din pricina faptului că a fost realizat de unul dintre cei mai ciudaţi regizori americani, celebru pentru filme precum *Shining* cu Jack Nicholson în rol principal sau *2001, odiseea spaţială*.

Ce este aia o portocală mecanică? O oarecare lămurire vine acum când autorul explică misterul acestui titlu: „«O portocală mecanică» este o veche expresie cockney care se aplică la orice presupune deviere, aici «deviere» neavând neapărat o conotaţie homosexuală. Nimic, de altfel, nu poate fi mai nefiresc decât o portocală mecanică. În perioada în care lucram în Malaysia ca profesor, elevii mei, când li se cerea să scrie un eseu despre o zi în junglă, adesea spuneau că luau cu ei o sticlă de «suc de orang». «Orang» este un cuvânt obişnuit în Malaysia şi înseamnă «fiinţă umană». Cockney şi limba malaeză s-au contopit în mintea mea şi au generat imaginea unor oameni suculenţi şi dulci precum portocalele, forţaţi să intre în forma unor obiecte mecanice", scria Anthony Burgess.

„În viziunea coşmarescă despre viitor a lui Anthony Burgess, unde odată cu lăsarea întunericului străzile intră în stăpânirea criminalilor, povestea e spusă de un delincvent de 15 ani. Alex vorbeşte într-un slang inventat – nadsat –, care scoate la iveală patologia socială a bandei sale de adolescenţi. Alex, Pete, Moho şi Georgie, cei patru găşcari protagonişti ai acestei istorii distopice, creată de Burgess în jurul unei Londre unde domnesc agresiunea şi teroarea, trăiesc din jafurile nocturne aducătoare deopotrivă de bani, dar şi de plăcerea „ultra-violenţelor" pe care le practică împotriva celor mai slabi.

După o serie de astfel de infracţiuni, Alex este ridicat de poliţie, dus la închisoare şi supus unor tehnici de reeducare ce ar trebui să-l transforme într-un individ perfect integrat în societate. Dar tratamentul foloseşte tehnici bazate de fapt tot pe cruzime extremă, iar eşecul acestuia e inevitabil. În final, un Alex complet schimbat de experienţele prin care a trecut descoperă că rostul lucrurilor stă în posibilitatea de a alege singur între bine şi rău", sună prezentarea editurii.

Romanul sună interesant, asta şi datorită argoului pe care Burgess îl foloseşte din plin, tradus bine în limba română. Iată şi o mostră de stil: *Eram eu, adică Alex, şi ai mei trei găşkari Pete, Georgie şi Moho, care era chiar mohorât, şi stăteam noi în Lactobarul Korova, zdrobindu-ne răzdoacele cum să ne umplem acea seară de iarnă, puiankă de lele sălbatică, rece şi neagră. Lactobarul Korova era un mesto în care se servea lapte plus încă ceva şi poate că voi, Fra, aţi uitat cum erau mestourile alea, lucrurile schimbându-se de speriat zilele astea, toată lumea grăbindu-se să uite şi nici măcar ziarele nu se mai citesc prea mult. Deci, ce vindeau ei acolo era lapte şi încă ceva. N-aveau licenţă pentru băuturi, dar încă nu era nici o lege împotriva noilor chekstii tari pe care obişnuiau să le pună în bătrânul moloko, încât să poţi să-l sorbăi cu vellocet sau synthemesc sau drencrom sau una sau două alte chekstii care ţi-ar fi asigurat cincisprezece minute liniştite de horror-show, timp în care puteai să-i admiri pe Marele Bog şi Sfânta lui Ceată de Îngeri şi Sfinţi în pantoful tău stâng. Sau puteai trage la măsea lapte cu tăişuri, cum ne plăcea nouă să spunem, şi asta te ascuţea şi te pregătea pentru o partidă murdară de unu-contra-douăzeci, şi chiar asta trăgeam noi în seara cu care am început povestea.*

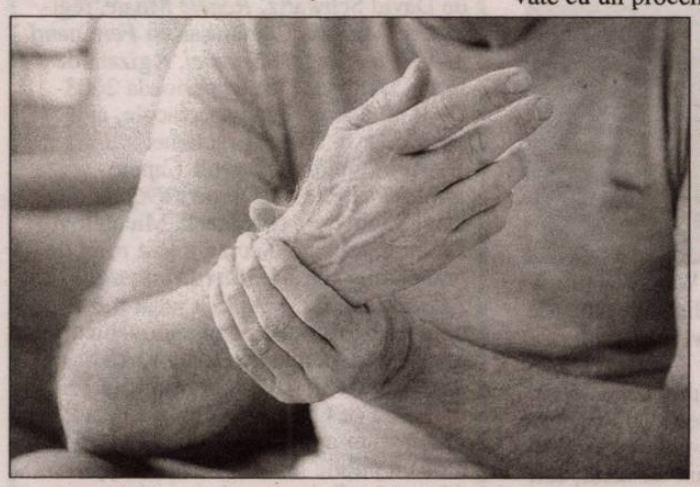
GEORGE CUŞNARENCU

GUTA – alimentaţie şi tratament

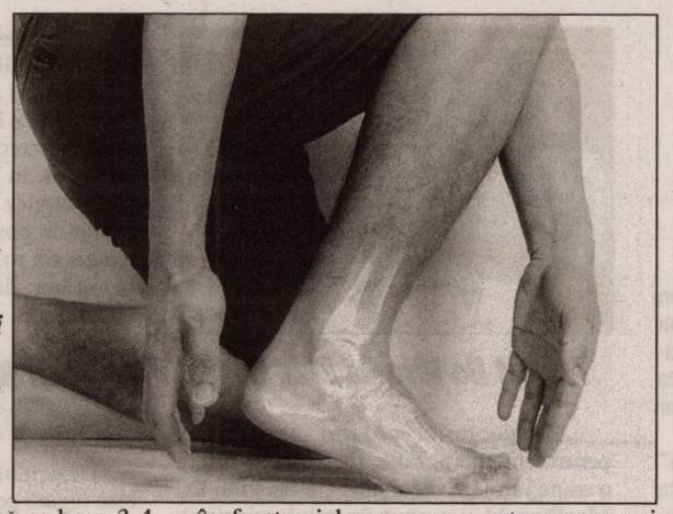
Excesul de acid uric în sânge, principala caracteristică a gutei, se poate sesiza printr-un simptom edificator: durere puternică la degetele picioarelor. Tratarea bolii se face atât cu medicamente menite să amelioreze crizele, cât şi cu cele luate pe termen lung, pentru prevenirea recidivelor.

În timpul crizelor, se prescriu colchicina sau antiinflamatoare nonsteroidiene (de tipul ibuprofenului). După criză, nivelul acidului uric se controlează printr-un regim alimentar adecvat. Eventual, se iau şi medicamente, ceea ce înseamnă tratament pe viaţă, iar acestea au nevoie deseori de câteva luni pentru a începe să acţioneze.

Mai multe studii au arătat că un consum important, în mod regulat, de vitamina C determină reducerea cantităţii de acid uric din sânge. Prin urmare, se recomandă să se mănânce fructe ca portocalele şi cireşele. În general, nu e bine să se abuzeze de mezeluri, sosuri, peşte gras, fructe de mare, carne de pasăre şi de vânat, ciuperci, spanac, conopidă, sparanghel, linte, măcriş.



Denumită odinioară şi „boala regilor", fiind asociată cu o alimentaţie bogată în grăsimi şi carne, guta poate fi ţinută la distanţă prin respectarea unor reguli de bază privitoare la regimul hrănirii. Iată câteva recomandări!



■ ***Apă (minimum 2 litri zilnic).*** Datorită efectului diuretic, aceasta elimină excesul de acid uric şi de alte toxine. Nu sunt recomandate băuturile carbogazoase şi sucurile din comerţ, în schimb ajută cafeaua, dacă se beau 3-4 porţii pe zi.

■ ***Produsele lactate cu conţinut scăzut de calorii*** pot satisface necesarul de proteine: brânza proaspătă de vacă, brânzeturile fabricate cu lapte degresat, alte derivate cu un procent scăzut de materie grasă.

■ ***Limitarea consumului de carne,*** în special al celei roşii. De asemenea, e bine să se evite fructele de mare şi să se acorde prioritate proteinelor de origine vegetală (tofu) şi ouălor.

■ ***Reducerea consumului de alcool.*** În special la bărbaţi, acesta favorizează apariţia gutei; de notat că berea provoacă cele mai mari prejudicii, fiind bogată în purină, substanţă care favorizează maladia.

■ ***Controlul greutăţii*** este semnificativ, întrucât supraponderalitatea şi obezitatea favorizează considerabil apariţia gutei. Astfel, se recomandă o alimentaţie bogată în fructe şi legume proaspete, precum şi mişcarea.

■ ***Reducerea consumului de dulciuri,*** întrucât zahărul poate declanşa un diabet, iar nivelul ridicat al insulinei poate antrena un nivel sporit de acid uric în sânge. De evitat bomboanele, ciocolata, prăjiturile de cofetărie etc.

■ ***Limitarea sau reducerea cantităţii de pâine*** este importantă, drojdia fiind bogată în purine. Se recomandă pâinea integrală.

■ ***Alimentaţie cu puţine purine:*** produse lactate, legume (varză, lăptuci etc.), fructe, cereale, derivate din grâu. De remarcat că fasolea, soia, năutul, mazărea, lintea au conţinut mediu de purine, iar sparanghelul poate chiar să declanşeze crize de gută.

■ ***Evitaţi consumul de măruntaie*** (ficat, inimă, limbă, rinichi, creier), de carne conservată (cârnaţi, şuncă) produsele din carne de capră, miel, viţel şi cel de salam.

Referitor la sus-amintitul consum de fructe, menţionăm că studiile medicale în acest sens au arătat că 10-12 cireşe pe zi mâncate timp de două săptămâni reduc cu 35% riscul crizelor de gută.

Prevenirea supraponderalităţii

Creşterea în greutate se petrece mult mai uşor şi mai repede decât scăderea masei corporale, care presupune un proces mult mai complex. De aceea, prevenţia se dovedeşte cel mai bun mijloc de a lupta împotriva supraponderalităţii şi obezităţii – patologii ce au luat o amploare deosebită în ultimele decenii, pe tot globul.

Organizaţia Mondială a Sănătăţii (OMS) a stabilit o procedură simplă de calculare a indicelui de masă corporală (IMC), faţă de care se raportează patologiile sus-menţionate.

Formula de calcul pentru IMC este $G \times I^2$ (greutatea înmulţită cu pătratul taliei), unde G = greutatea corporală, măsurată în kilograme, iar I = înălţimea, în metri. De pildă, o persoană cu I = 1,57 m şi G = 61 kg are IMC = 24,7 (1,57 x 61).

Organizaţia Mondială a Sănătăţii defineşte supraponderalitatea la un IMC egal sau mai mare decât 25, iar obezitatea, la un IMC egal sau mai mare decât 30. Ambele situaţii implică acumularea anormală sau excesivă de grăsime corporal, ceea ce reprezintă un pericol pentru sănătate.

Consecinţele excesului de greutate sunt, de obicei:

■ diabet tip 2 (cel mai frecvent);

■ dislipidemie sau hipertrigliceridemie (frecvent fără simptome, dar antrenând numeroase complicaţii cardiovasculare);

■ boli cardiovasculare (hipertensiunea poate duce la accident vascular cerebral, infarct miocardic, insuficienţă cardiacă);

■ complicaţii osteoarticulare (excesul ponderal aduce o supraîncărcare în special asupra membrelor inferioare şi coloanei vertebrale, determinând o degradare precum artroza sau lombalgii frecvente);

■ complicaţii cutanate (infecţii locale de tipul micozelor);

■ apneea somnului (cu consecinţe ca oboseala, dar şi accident vascular cerebral legat de carenţa de oxigen pe timpul nopţii).

Mijloace de prevenire

● Activitate fizică practicată regulat, pentru a mări „utilizarea" grăsimilor corporale (mers pe jos minimum 40 de minute zilnic şi evitarea urcării la etaj cu ascensorul).

● Alimentaţie variată şi echilibrată, care să includă cel puţin cinci porţii de fructe şi legume pe zi.

● Evitarea alimentelor prea bogate în grăsimi şi/sau zahăr şi/sau sare. Atenţie la mâncărurile gata preparate (în special de tip fast-food), care sunt nepotrivite în ceea ce priveşte greutatea!

● Limitarea porţiilor mari (de pildă, în locul unei pizza de 35 cm, luaţi una de 25 cm).

● La copii şi adolescenţi, se va urmări în mod regulat evoluţia greutăţii; imediat ce se observă un „derapaj", trebuie luate măsuri, dar fără a-l culpabiliza pe copil ori a-l face să se simtă diferit, în sens negativ. Invers, în special la adolescente, scăderea anormală a greutăţii trebuie pusă în discuţie, putând fi vorba despre o tulburare de comportament alimentar de tip anorexic.

Cel mai sănătos mod de a mânca presupune câteva recomandări generale, care pot fi adaptate la fiecare persoană, stil de viaţă şi deprinderi alimentare: ● gătirea propriilor meniuri; ● se va da savoare mâncărurilor cu condimente şi ierburi aromate; ● se vor deprinde şi utiliza moduri de gătire a mâncării fără produse grase, în genul wok sau la aburi; ● consumul de fructe şi legume ţinând cont şi de anotimp; ● luaţi cele trei mese zilnice: mic-dejun, prânz, cină.

Pentru cei mai mici, este indicată şi o gustare intermediară. De asemenea, în timpul mesei nu se vor consuma băuturi îndulcite (sucuri, lichioruri etc.); adulţii pot bea cel mult un pahar cu vin.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Un mers mai grăbit, o alergare de plăcere, urcarea treptelor prea repede – asemenea eforturi mărite determină frecvent apariţia, după numai câteva minute, a unor înţepături şi dureri bruşte la nivelul abdomenului: un punct lateral, care ne obligă să stăm câteva clipe pentru „a ne trage sufletul".

În mod surprinzător, acest fenomen nu este încă bine înţeles. Totuşi, specialiştii afirmă că nu este semnalul unei maladii asociate cu un diagnostic cunoscut. Durerea, deseori însoţită de dificultăţi respiratorii, dispare de obicei la câteva minute după încetarea efortului şi nu presupune alte complicaţii.

Un singur risc e posibil: să fie confundată cu o adevărată problemă de sănătate: apendicită, peritonită, infarct miocardic ori altceva; oricum, durerile sunt diferite, iar fiecare patologie include şi alte simptome.

Un disconfort universal

Cum pot fi evitate aceste înţepături laterale? Mai întâi, trebuie să fie deprinsă respiraţia corectă, în caz contrar fiind iniţiate mişcări nepotrivite ale diafragmei, ceea ce accentuează frecarea dintre membranele peritoneului, de aceea, copiii sunt cei vizaţi preponderent de această problemă, respiraţia lor fiind deseori „anarhică" în timpul efortului fizic.

La polul opus pot fi menţionaţi sportivii, care ştiu foarte bine să gestioneze efortul fizic şi să respire corect, astfel că sunt feriţi de asemenea momente. Este important să se respire profund, pentru ca persoana vizată să fie sigură că a expulzat tot gazul, carbonic. De asemenea, trebuie sincronizată respiraţia cu paşii pe parcursul mişcării. Se va pleca încet, cu concentrare pe respiraţie, iar efortul se va adapta la condiţia fizică a fiecăruia.

Nu în ultimul rând, nu se recomandă să se mănânce înainte de şedinţa sportivă. Dacă totuşi durerea survine, concentrarea se va axa pe respiraţie. Poate ajuta şi aplecarea bustului spre înainte sau o apăsare pe locul dureros, dar cel mai frecvent este suficientă oprirea şi odihna pentru câteva minute, apoi repornirea se va face progresiv.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Afecţiunile ochilor, ameliorate de medicina energo-informaţională

Degenerescenţa maculară

Cum ne dăm seama că avem degenerare maculară? Apar mai multe simptome: mai întâi scade acuitatea vederii, iar când progresează apar linii perpendiculare strâmbe.

Factorii de risc care joacă un rol esenţial în această îmbolnăvire sunt vârsta şi alimentaţia. Studii recente arată că lipsa luteinei, care este o culoare naturală şi care neutralizează radicalii liberi, este unul din factorii de risc major.

Luteina nu poate fi produsă de corp. Ea se găseşte în legume, pâine integrală şi în ouăle hranite bio. Şi factorii genetici joacă un rol destul de important în degenerarea maculei. Luteina este luată prin intestinul gros de sânge şi transportată în retină. Persoanele care au HDL scăzut (colesterolul bun) sunt mai afectate de acest aspect.

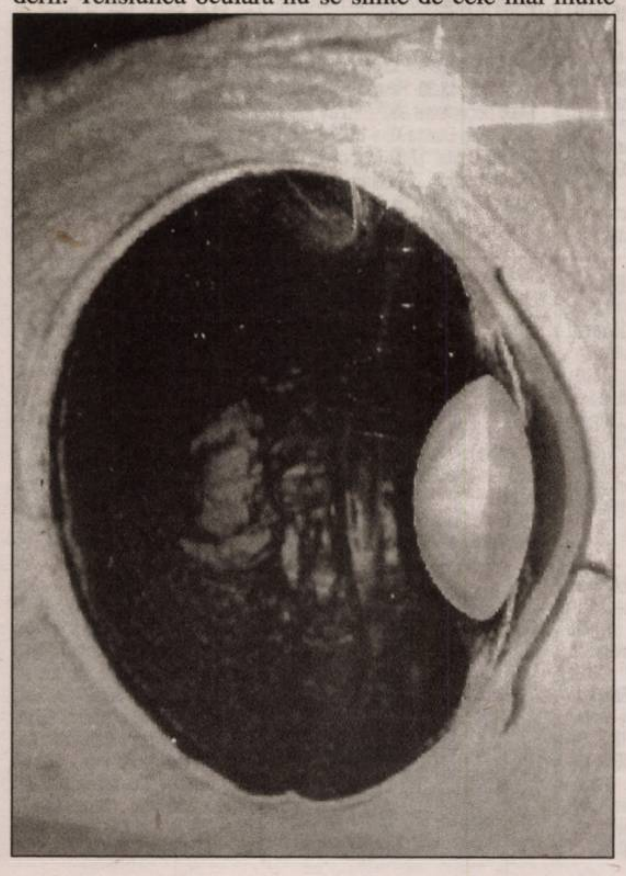
Morcovii se pare că joacă un rol mare în formarea luteinei. În celulele retinei se găsesc mulţi radicali liberi. Ei sunt luaţi în mare parte de la lumina prea puternică, sintetică. Luteina poate neutraliza aceşti radicali şi desigur că depozitul din retină scade şi trebuie mereu înlocuit.

Chiar şi în cazul existenţei degenerării maculare este foarte importantă menţinerea constantă a luteinei în retină. În situaţiile în care deja este instalată degenerescenţa maculară, oprirea progresării acesteia este prima măsură luată în terapie.

Cataracta şi glaucomul

În cazul cataractei întâlnim şi o componentă psihică. Pacienţii caută alternative, mai ales acolo unde tratamentele privesc omul în totalitate. Omul de astăzi este mult mai expus să se îmbolnăvească, iar ochii sunt poarta de intrare în corp. Se lucrează multe ore în faţa laptopului, cu lumină artificială şi vederea începe să devină tot mai deficitară, producând de multe ori dureri de cap sau dureri cervicale.

Stresul, alături de sindromul Sicca (ochi uscaţi), alergii, ochi iritaţi, toate duc pe durată la degenerarea vederii. Tensiunea oculară nu se simte de cele mai multe ori, motiv pentru care se recomandă începând de la vârsta de 40 de ani, un control anual preventiv.



Îmbolnăvirile infecţioase ale ochilor

De cele mai multe ori se constată o lipsă a zincului, care trebuie imediat substituit. Dacă e posibil, chiar sub formă de coloid. De asemenea, corneea herpes se produce după o îmbolnăvire cu herpes simplex. La pacienţii care au avut corona am constatat în multe cazuri îmbolnăviri de conjunctivită.

Din cauza modificărilor climatice, mobilitatea permanentă între ţări şi continente apar tot mai multe infecţii oculare, atât virale, cât şi bacteriene.

Frica de orbire este atât pentru pacient, cât şi pentru aparţinători. O mare povară care produce mult stres, iar aşa cum bine ştim stresul duce la creşterea patologiei oculare. Este bine ca pacientul să fie tratat în paralel şi de un psiholog. Nu degeaba se spune: „Un spirit sănătos, locuieşte într-un corp sănătos şi un corp bolnav împovărează spiritul".

Medicina energo-informaţională este în măsură să ofere tratamente de prevenire a îmbolnăvirilor oculare sau de stopare a acestora. Începând de la programe degenerative maculare, degenerare de cornee, reactivarea nervului vederii, curăţarea retinei de toxine, glaucom, cataractă, reglarea metabolismului ocular, alergii virale sau bacteriene, ochi uscaţi şi iritaţi, ochi care lăcrimează la schimbarea temperaturii, sunt numai câteva din tratamentele fără durere, fără medicamente, pe care ni le pune la dispoziţie medicina energo-informaţională, atât pentru copii, cât şi pentru persoane adulte, indiferent de vârstă.

Autoreglarea organului „ochi" atrage după sine o cascadă de reglări în tot sistemul ocular.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

Pentru mai multe informaţii accesaţi:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital Bucureşti, Calea Vitan nr. 28, sector 3

PUBLICITATE

Nou la DermaVital – cardul cu terapia 4W

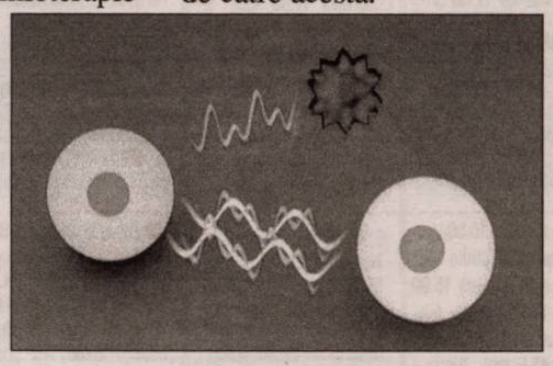
TERAPIA 4W
– zidurile de apărare a imunităţii înnăscute!

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunităţii înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecţiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar şi copiii au de multe ori dereglări energetice.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intruşilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acţiune când un „intrus" a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit şi a fost memorat de către acesta.



Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvenţelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.

Terapia este în ofertă până la data de 30.06.2021

4 şedinţe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitate în 2 rate.

dermaVITAL

covid -19

tel 0731.871.968 / 021.322.40.04

www.dermavital-med.ro

NOU!! – card de terapii post Coronavirus!

Centru German DermaVital vă pune la dispoziţie atât tratamente Post Covid de prevenire a sechelelor ce pot apărea după infecţia cu Covid-19, cât şi tratamente Post Vaccin pentru neutralizarea efectelor secundare ale vaccinului.

Pentru mai multe informaţii accesaţi:

www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor terapii!

PUBLICITATE

LUNI – 14 iunie

TVR 1
6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ediție specială 13.30 Pofticioși, la cratiță! 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Serial: „Dragul de Raymond" 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.10 Film: „Regina Spaniei" (Spania, 2016). Cu: Penelope Cruz, Javier Camara 0.20 Telejurnal 1.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.45 Fotbal: Scoția – Cehia 18.00 Ce spun românii 18.45 Fotbal: Polonia – Slovacia 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal: Spania – Suedia 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite 0.00 Observator 0.30 Legendele cu Dan Negru 2.00 Film: „Scurtcircuit" (România, 2018). Cu: Oana Ștefănescu 4.00 Poftiți pe la noi.

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 TÂLCtalk (r) 10.30 Sănătate cu stil (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Surorile mirelui" (SUA, 2017). Cu: Jeremy Sumpter 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Surorile mirelui" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor". Cu: Angelique Boyer 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Descălecați în Carpați (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate 18.00 Vara amintirilor (r) 19.00 Telejurnal 20.00-23.00 Reluări 0.00 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" (ep.1) 1.10-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
5.15 La Măruță (r) 7.15 Film: „Uptown Girls" (r) 9.15 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film: „Liceenii" (r) 13.45 Film: „The Walk" (r) 16.15 Film: „Eu sunt Mosul" (SUA, 2001). Cu: Whoopi Goldberg 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „S-a furat mireasa" (România, 2012). Cu: Jojo, Constantin Diță 22.30 Film: „Coșmarul" (SUA, 2013). Cu: Michael Cera, Juno Temple 0.30-4.0 Reluări.

MARȚI – 15 iunie

TVR 1
6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ediție specială 13.30 Pofticioși, la cratiță! 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Serial: „Dragul de Raymond" 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.10 Film: „Întoarcerea lui Ringo" (coprod., 1965). Cu: Giuliano Gemma, Fernando Sancho 0.00 Telejurnal 0.45-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 18.45 Fotbal: Ungaria – Portugalia 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal: Franța – Germania 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite – sezon nou 0.00 Observator 0.30 Film: „Indestructibilul" (SUA, 2000). Cu: Bruce Willis 2.30 Observator (r) 4.00 Poftiți pe la noi.

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Fantoma lui Bruce Le" (SUA, 1986). Cu: Jean Claude Van Damme 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 Talc Talk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Fantoma lui Bruce Le" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Vara amintirilor (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Cap compas (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate (r) 18.00 Vara amintirilor (r) 19.00 Telejnal 20.00-23.00 Reluări 0.00 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 1.15-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 La Măruță (r) 8.00 Film: „Doamna și banditul" (SUA, 1951) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „Hart to Hart: Till Death Do Us Part" (r) 12.45 Film (r) 14.15 Film: „Prince&Me 2" (r) 16.15 Film: „Cu D de la diavol" (SUA, 1998). Cu: Dwayne Adway, John Terry 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Solo" (SUA, 1996). Cu: Mario Van Peebles 22.30 Film: „Enigma vrăjitoare" (Australia, 1999). Cu: Jacqueline Bisset 0.15-3.30 Reluări.

MIERCURI – 16 iunie

TVR 1
6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ediție specială 13.30 Pofticioși, la cratiță! 14.00 Telejurnal 15.10 Convietuiri 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Serial: „Dragul de Raymond" 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.00 Microbist de România 23.00 Serial: „Jocurile timpului" 0.15 Telejurnal 1.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 15.45 Fotbal: Finlanda – Rusia 18.00 Ce spun românii 18.45 Fotbal: Turcia – Țara Galilor 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal: Italia – Elveția 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 1.00-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 iUmor 23.00 Observator 23.30 Film: „Star Wars: Ultimii Jedi" (SUA, 2017). Cu: Mark Hamill, Carrie Fisher 2.30 Acces direct (r) 4.00 Film: „Indestructibilul" (r).

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! (r) 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Liniște tulburată" (SUA, 2020). Guy Pearce 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Liniște tulburată" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Ferma (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate 18.00 Vara amintirilor (r) 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „O aventură în deșert" (SUA, 2000) 21.40-23.00 Reluări 0.00 Serial: Sub soarele Ecuatorului" 1.10-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
5.30 La Măruță (r) 7.30 Film (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „Dance With Me" (r) 14.30 Film: „Uptown Girls" (r) 16.30 Film: „Greva de Crăciun" (coprod., 2010) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Bărbații în negru" (SUA, 1997). Cu: Tommy Lee Jones 22.30 Film: „Contra Timp" (România, 2008) 0.15 Film: „Vampiri: Întoarcerea" (SUA, 2005) 2.00 La Măruță (r) 3.30 Serial (r).

PENELOPE CRUZ
– luni, 22.10 –

MATT DAMON
– duminică, 12.15 –

CARRIE FISHER
– miercuri, 23.30 –

DWAYNE ADWAY
– marți, 16.15 –

ANGELIQUE BOYER
– luni-duminică, 19.00 –

DANIEL RADCLIFFE
– joi, 20.00 –

EMMANUELLE BEART
– sâmbătă, 20.10 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 17 iunie

TVR 1
6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Ediție specială 13.30 Fan/Fun urban 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Serial: „Dragul de Raymond" 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.00 Dispăruți fără urmă 23.00 Serial: „Jocurile timpului" 0.15 Telejurnal 1.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 15.45 Fotbal: Ucraina – Macedonia de Nord 18.00 Ce spun românii 18.45 Fotbal: Danemarca – Belgia 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Olanda – Austria 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00 Lecții de viață (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Serial: „Adela" 22.25 Observator 23.00 Burlacul 2.00 Acces direct (r) 4.00 Film: „Star Wars: Ultimii Jedi" (r).

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" (r) 20.00 Film: „Cărăușul" (SUA, 2018). Cu: Daniel Radcliffe, Grace Gummer 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Cărăușul" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La usa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Rețeaua de idoli (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Natură și aventură (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate (r) 18.00 Vara amintirilor (r) 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Amenințarea din oglindă" (SUA, 2016) 21.45 Vara amintirilor 22.00-23.00 Reluări 0.00 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 1.10-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „On Strike for Christmas" (r) 9.30 Serial (r) 12.00 Film (r) 14.30 Film: „Men in Black" (r) 16.30 Film: „Hai să ne căsătorim! I" (SUA, 2010) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Fără aer" (SUA, 2015) 22.30 Film: „Povestea lui Lizzie Borden" (SUA, 2014). Cu: Christina Ricci 0.15 Film: „Viața fără Dick" (SUA, 2002) 2.15-3.45 Reluări.

VINERI – 18 iunie

TVR 1
6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Ediție specială 13.30 Europa mea 14.00 Telejurnal 15.10 Opre Roma 16.00 EURO polis 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Serial: „Dragul de Raymond" 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Taxi 3" (Franța, 2003). Cu: Sam Naceri, Frederic Diefenthal 23.00 Microbist de România (r) 0.00 Telejurnal 0.45-5.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 15.45 Fotbal: Suedia – Slovacia 18.00 Ce spun românii 18.45 Fotbal: Croația – Cehia 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal: Anglia – Scoția 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00 Lecții de viață (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

antena 3
6.00 Observator 8.00 Divertisment: 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Film d.a.: „Plsicile artistocrate" (SUA, 1970) 22.00 Film: „27 de rochii" (SUA, 2008). Cu: Katherine Heigl, James Marsden 0.30 Chefi la cuțite (r).

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Serial: „Ringo" 15.30 Mama mea gătește mai bine (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Film: „Îngerul păzitor" (SUA, 1998). Cu: Meg Ryan, Nicholas Cage 22.30 Film: „Un om în Loden" (România, 1979). Cu: Ovidiu Iuliu Moldovan, Victor Rebengiuc 0.30-6.00 Reluări.

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Destine ca-n filme (r) 9.00 Teleșcoala (r) 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Pescar hoinar (r) 14.00 Documentar 360º-GEO (r) 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate (r) 17.58 Festivalul de circ de la Monte-Carlo 19.00 Telejurnal 20.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 La Măruță (r) 8.15 Film: „De-a regăsirea" (SUA, 1952) 10.30 Serial (r) 12.45 Film: „Men in Black" (r) 14.45 Film: „Marry Me I" (r) 16.15 Film: „Hai să ne căsătorim! II" (SUA, 2010). Cu: Lucy Liu 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Triunghiul dragostei și al morții" (coprod., 2014). Cu: Oscar Isaac, Viggo Mortensen 22.30 Film: „Unde dai și unde crapă" (coprod., 2000) 0.30 Film: „Two Faces Of January" (r) 2.30 La Măruță (r) 4.00 Serial: „La Bloc" (r).

SÂMBĂTĂ – 19 iunie

TVR 1
7.00 Tezaur folcloric (r) 8.00 Serial: „Cireșarii" 9.00 1, 2, 3 și afli tot ce vrei! 9.35 Eu pot! 10.35 Vreau să fiu sănătos! 11.30 Levintza prezintă (r) 12.10 Concert Orchestra medicilor 14.00 Telejurnal 14.30 Ora Regelui 15.30 Cooltura 16.00 Lumea azi 16.30 Banii tăi 17.00 Vedeta populară (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Artista, dolarii și ardelenii" (România, 1980). Cu: Ilarion Ciobanu 22.35-23.35 Reluări 0.35 Doc.: „Dosarele extratereștrilor" 1.45-5.05 Reluări.

PRO TV
6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film: „Fiica președintelui" (SUA, 2004) 21.15 Ce spun românii (r) 13.15 Film: „Cronicile din Narnia: Călătorie pe mare cu Zori-de-Zi" (SUA, 2010) 15.45 Fotbal: Ungaria – Franța 18.45 Fotbal: Portugalia – Germania 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal: Spania – Polonia 0.00 Special UEFA Euro 2020 1.00 Atletico Textila 2.00-4.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 9.00 Film: „27 de rochii" (r) 11.00 Serial: „Adela" (r) 13.00 Observator 13.45 Mireasa 16.00 Chefi la cuțite (r) 19.00 Observator 20.00 Next Star 23.00 Chefi la cuțite (r) 2.30 Cooking Show: Hello Chef (r) 3.15 Burlacul (r).

PRIMA TV
7.00 Flash monden 7.30 Teleshopping LIVE 9.00 Starea nației (r) 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Flash monden 12.00 Poezie și delicateturi 14.00 Film: „Un om în Loden" (România, 2001) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Film: „Cina cea din urmă" (Hong Kong, 2012). Cu: Daniel Wu 22.30 Film: „Borsalino & Co împotriva mafiei" (Franța, 1974). Cu: Alain Delon 1.00-6.00 Reluări.

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 MotorVlog (r) 8.30 Serial: „Armășarul sălbatic" 9.30 Generația Fit 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Descălecați în Carpați (r) 12.30 Cap compas (r) 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbați de 10 17.00 Frați de viță (r) 17.30 MotorVlog (r) 18.00 Distracțiile lui Cazacu (r) 18.30 Zile cu stil 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Manon, fata izvoarelor" (Franța, 1986). Cu: Yves Montand, Emmanuelle Beart 22.15 Serial: „Pâcatul și rușinea" 23.50-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Serial (r) 6.45 Ce spun românii (r) 8.30 Film: „Plini de viață" (Franța, 1957) 10.30 Serial: „La bloc" (r) 12.45 Film: „Marry Me I" (r) 14.30 Film (r) 16.15 Film: „Condamnat pe nedrept" (SUA, 2010) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Liceenii Rock'n Roll" (România, 1992) 22.45 Film: „Asasinarea lui Kennedy" (Franța, 2013) 0.30 Film: „O comedie monstruoasă" (SUA, 2013) 2.15-3.45 Reluări.

DUMINICĂ – 20 iunie

TVR 1
7.00 Universul credinței 9.00 M.A.I. aproape de tine 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viața satului (II) 13.00 Ediție specială 13.05 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Politică și delicateturi (r) 15.30 Adevăruri despre trecut 15.55 Ai luat plasă! 16.45 #Creativ (r) 17.15 Exclusiv în România 18.00 Dosar Romania 19.00 Breaking Fake News 20.00 Telejurnal 21.10 Vedeta populară: Finala 23.30 Garantat 100% 0.30 Replay 1.30 Doc.: „Dosarele extratereștrilor" 2.30-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film (r) 12.15 Film: „Pasiune nemblânzită" (SUA, 2000). Cu: Matt Damon 14.45 Film: „Tonul perfect 3: Ultima strigare" (SUA, 2017) 16.30 Film: „Casa întoarsă pe dos" (SUA, 2003) 18.45 Fotbal UEFA Euro 2020 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Film: „Cronicile lui Riddick" (SUA, 2004) 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 10.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 13.30 Show: Hello Chef! 14.15 Next Star (r) 17.15 Film d.a.: „Pisicile artistocrate" (r) 19.00 Observator 20.00 Chefi la cuțite: Familii la cutit 23.30 Film: „Nemuritorii: Războiul Zeilor" (SUA, 2011). Cu: Henry Cavill, Mickey Rourke 1.30 Film: „Indestructibilul" (SUA 2000). Cu: Bruce Willis, Samuel L. Jackson 3.30 Antitalent.

PRIMA TV
7.00 TÂLCtalk (r) 7.30 Teleshopping live 9.00 Focus la prima oră 11.00 Insider Politic 12.00 Film: „Zâmbet de soare" (România, 1988) 14.00 Poezie și delicateturi 16.00 Film: „San Antonio" (Franța, 2004) 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Ce-și dorește o fată" (SUA, 2003). Cu: Amanda Bynes 22.30 Poezie și delicateturi (r) 0.30 Film: „San Antonio" (r) 2.30 Film (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Insider politic (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări. 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.30 Natură și aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Frați de viță (r) 12.30 Sănătate cu de toate 13.10 Film: „Exemporal la dirigenție" (România, 1987) 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Rețeaua de idoli (r) 19.00 Telejurnal 19.35 E vremea ta! 20.10 Film: „Un surâs în plină vară" (România, 1963) 22.10 Film: „Ochi negri" (coprod., 1987) 0.15-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 Serial (r) 6.30 Ce spun românii (r) 8.15 Film: „Marry Me II" (r) 10.00 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film (r) 14.00 Film: „Liceenii Rock'n Roll" (r) 16.15 Film: „Invitație cu bucluc" (SUA, 2008) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Sfinți și străini I" (SUA, 2015). Cu: Vincent Kartheiser, Kalani Queypo 22.30 Film: „Bona" (SUA, 2011). Cu: Jonah Hill, Ari Graynor 0.15 Film: „Noaptea fricii 2" (SUA, 2013). Cu: Will Payne, Jaime Murray 2.15-3.45 Reluări.

Integramă de **M. ALBU**

DECORAȚIUNI

PATURI MARINAREȘTI / DESENATOR CU HAZ		DELICAT / CALE DE ATAC ÎN JUSTIȚIE		E PESTE 50% / HÂRTIE DE COPIAT DESENE ÎN TUȘ		ARGILĂ DE SPOIT / ÎNȚELES DE LA SINE		TĂRIE CU IENUPĂR / DUȘMĂNOASE		OS PLAT LA PIEPT / ÎNGUST	
C	A	R	I	C	A	T	U	R	I	S	T
CRUȚĂRI DE NECAZURI / BĂLTOACĂ		E						E			
L	A	C	RESTAURANT / APRINDE BRICHETA					L	CAPETE DE ROTOR! / ISPITITOARE	T	E
PĂRINȚII SOȚILOR ÎNTRE EI / DESENAT LA GEOMETRIE							GAZ DE SONDĂ / FIRE DE URZEALĂ				
C	U	S	C	R	I		E				
C	E	R	C	NUCLEU DE LITIU! / PERFECT IDENTIC			A	LA TEMĂ! / ÎN ACEA DIRECȚIE	T	E	VECHI DECRETE BISERICEȘTI
	SĂRITURĂ ÎNALTĂ / CIOBANI					OCHITE ÎN POLIGON / A CĂPIA					
	O	GURĂ-CASCĂ / BUN LA SUFLET	N				E	N		PUBLICAȚIE CU ȘTIRI	
DIN SNOP! / ACCELERĂRI / FĂLOS, MÂNDRU							BĂI DE FIER / RAȚIUNI SUPERIOARE!				
I			T					C	A	D	E
	E		E		BOLNAV DE MULT TIMP / CHIOȘC!			O	N	I	C
PARADIS / AMABILĂ FAȚĂ DE CINEVA				LUAT PE SUS							
R	A	I						L			
I			A					O			

Umor

– Tatăl meu e iluzionist. Într-un minut e capabil să transforme o bancnotă de zece lei într-un iepuraș! se laudă un puști.

– Fleacuri! zice alt puști. Mama mea poate transforma instantaneu un teanc întreg de bancnote într-o rochie nouă!

Doi îndrăgostiți se plimbă prin parc. Visător, el întreabă:

– Iubito, ce ar zice acest tei, dacă ar putea vorbi?

– Că e castan!

Un bărbat merge la pescuit și soția îl sfătuiește:

– Dacă crapul este foarte scump încearcă să prinzi macrou.

La cumpărături, iubitul ajunge cu iubita la casă. Casiera spune:

– 340 de lei și 50 de bani.

Iubita:

– Eu am 50 de bani...

Discuție între doi scoțieni:

– Fata mea s-a căsătorit cu un american.

– Din dragoste sau pentru bani?

– Din dragoste pentru bani.

El:

– Te mai gândești vreodată la noi doi?

Ea:

– Care voi doi?

SUDOKU

jocul săptămânii: 23

	2	7	4				6	9
1		3			2		8	
								5
		9	8				5	
	3			5			7	
	1				3	4		
7								
	8		2			5		7
6	5				8	9	4	

Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 22

1	3	6	4	5	9	2	7	8
9	7	2	1	8	3	4	6	5
5	4	8	2	7	6	9	1	3
4	2	3	6	9	8	1	5	7
6	9	7	5	4	1	3	8	2
8	1	5	7	3	2	6	4	9
3	6	9	8	1	5	7	2	4
7	8	1	9	2	4	5	3	6
2	5	4	3	6	7	8	9	1

Soluția integramei „EXPRIMĂRI"

Orizontal: T - A - A - D - J - L - CONVINGATORI - REIATI - ASIA - MITA - INSI - TN - DATI - TINE - T - LA - IESIT - STI - O - SIRA - UITA - CAT - TITAN - XL - NABABI - SFII - EURO - APA - LUP - AURI - IESIRI - ARISTOCRATE.

Verificați-vă cunoștințele!

Biserici

1. Ce este o biserică?
2. Care este cea mai veche biserică de piatră din țara noastră?
3. Care este cea mai mare biserică ortodoxă din țara noastră?
4. Ce poet român (1881-1944) a scris poezia „În orașul cu 300 de biserici"?
5. Cine a compus muzica operei „Cavaleria rusticana" a cărei acțiune se petrece în piața din fața bisericii dintr-un sat din Sicilia în jurul anului 1880?
6. Ce mare pictor olandez (1853-1890) a pictat tabloul „Biserica din Auvers"?
7. Cine a realizat, în 1956, filmul franțuzesc „Cocoșatul de la Nôtre Dame" („Nôtre Dame de Paris")?

Răspunsurile din numărul trecut

1) Ceasornicul este un aparat de măsurare a timpului în limitele unei zile. 2) Un gnomon era un băț sau un stâlp fixat în pământ în poziție verticală, ajutând la măsurarea prin umbra lăsată de acesta la sol. 3) Cel mai cunoscut și considerat cel mai mare ceas din lume este Big Ben din turnul Parlamentului din Londra. 4) Volumul de versuri „Moartea ceasului" aparține lui Marin Sorescu. 5) Piesa pentru vioară „Ceasornicul" a fost compusă de Grioraș Dinicu și interpretată magistral ulterior de Nicușor și Victor Predescu. 6) Tabloul „Natură moartă cu ceas" poartă semnătura lui Theodor Pallady. 7) Filmul „Misterul ceasului din perete" a fost realizat de regizorul american Eli Roth.

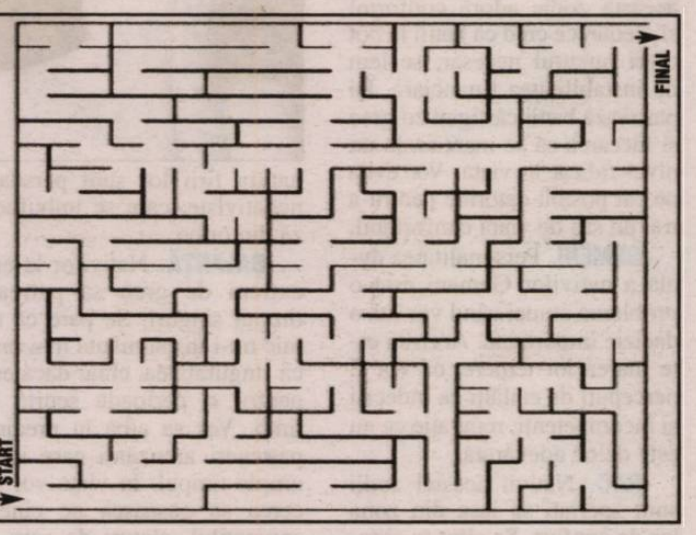
Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Vântul" am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Oana Popescu,* Ploiești; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ Așteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



Grădina de lângă casă

Luna iunie în grădini

Începutul verii aduce pentru grădinari multă activitate: semănat, plantat, curățat, fertilizat, tratamente, toate aceste operațiuni pentru a susține înflorirea și sănătatea plantelor.

■ Trandafirii necesită o atenție sporită. Primele flori deja s-au trecut și va trebui să faceți tăieri de întreținere și pentru stimularea apariției florilor noi.

■ Încă de la primele ore ale zilei se recomandă plantarea răsadurilor, deoarece după-amiaza temperaturile ridicate fac ca plantele să sufere.

■ Arbuștii sau alte plante lemnoase vor trebui tăiați pentru întreținere. Se recomandă tăierea la 5 noduri de la nivelul solului. Se pot face tăieri și deasupra lăstarilor porniți să vegeteze.

■ La fel ca toamna, luna iunie este prielnică pentru înmulțirea trandafirilor. Chiar dacă este cald, peste butașul pus la înrădăcinat se pune un pet. Așa se va menține o umiditate ridicată, folositoare împotriva deshidratării butașului.

■ Florile cu bulbi se curăță de frunzele ofilite, ele intrând în repaus.

■ Tot acum, în luna iunie se fac tratamente naturale sau chimice împotriva afidelor, a musculiței albe, a limacșilor sau a melcilor. Și rugina frunzelor, pătarea neagră sau atacurile provocate de fungi se pot anihila cu produse speciale.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Ce temeri aveţi, conform zodiei dumneavoastră

Chiar dacă vă credeţi cei mai curajoşi, există unele temeri care vă pot paraliza. Nu ne referim la temerile legate de fantome sau de necunoscut, ci la cele materialiste sau emoţionale. Iată în rândurile ce urmează posibilele temeri pe care le puteţi avea, conform zodiei din care faceţi parte.

BERBEC. Nativii acestei zodii se tem foarte tare să piardă pe cineva drag, mai ales dacă le este prieten apropiat. Este posibil ca aceştia să nu realizeze că acţiunile lor se pot dovedi nocive pentru cei care nu le tolerează comportamentul şi firea dificilă. Astfel, oamenii au tendinţa de a dispărea din viaţa lor, lăsându-i să se pocăiască pentru pierderea suferită.

TAUR. Cei care se nasc în această zodie adoră confortul şi, deoarece cred că banii le pot oferi huzurul necesar, se tem de instabilitatea financiară. Îşi păstrează banii câştigaţi cu greu şi încearcă să se menţină la un nivel ridicat în viaţă. Vor evita pe cât posibil datoriile pentru a trăi un stil de viaţă confortabil.

GEMENI. Personalitatea duală a nativilor Gemeni este o problemă atunci când vor lua o decizie importantă. Aceasta este marea lor temere, că vor fi percepuţi de ceilalţi ca indecişi şi incompetenţi, reputaţie ce nu este deloc adevărată.

RAC. Nativii acestei zodii sunt speriaţi să iasă din zona lor de confort. Se simt în siguranţă doar în locurile unde sunt obişnuiţi. Le este frică să se aventureze acolo unde nu cunosc şi unde nu se simt siguri din punct de vedere emoţional şi fizic.

LEU. Nativii acestei zodii se consideră vedetele zodiacului, aşadar, dacă li se întâmplă să fie ignoraţi vreodată, poate fi o lovitură pentru ei. Muncesc foarte mult pentru a se remarca, dar dacă prezenţa lor nu este suficient de atrăgătoare se vor simţi dezamăgiţi.

FECIOARĂ. Persoanele care fac parte din această zodie vor să deţină controlul absolut şi se vor simţi disperaţi dacă există şi cea mai mică formă de dezorganizare în viaţa lor. Le place să păstreze lucrurile în ordine, sunt dependenţi de propriile obiceiuri şi vor să atingă perfecţiunea până şi pentru cele mai mărunte lucruri. Prin

natura firii lor sunt persoane negativiste, care se îmbufnează din orice.

BALANŢĂ. Nativilor le este extrem de greu să petreacă timpul singuri. Se pare că nimic nu-i înspăimântă mai mult ca singurătatea, chiar dacă este pentru o perioadă scurtă de timp. Vor să aibă în preajmă parteneri amuzanţi care să le umple timpul. În viaţă vor încerca să găsească pe cineva compatibil, alături de care să creeze o familie pentru foarte multă vreme.

SCORPION. Se pare că nativii Scorpion se tem să se exprime în faţa oricui din cauza fricii de a nu fi răniţi. În afara faptului că sunt extrem de sensibili, Scorpionii tind să-i alunge pe cei din jur, deoarece se tem să-şi piardă identitatea în relaţii. Vor ca întotdeauna să deţină controlul, să domine şi nu sunt conştienţi că aceste lucruri nu sunt mereu posibile.

SĂGETĂTOR. În general, nativii aceste zodii au teamă de spaţii închise. Se ştie despre Săgetători că sunt exploratori şi adoră să călătorească, aşa că ultimul lucru care şi-l doresc este să le fie restricţionate libertatea şi cheful de aventură. Vor evita doar responsabilităţile care impun închiderea într-un anumit spaţiu, în rest se simt în largul lor să exploreze lumea.

CAPRICORN. Nativii sunt muncitori, dedicaţi şi concentraţi pe ceea ce fac, rămânând axaţi pe munca lor şi, prin urmare, orientaţi spre afaceri. Unul dintre principalele motive pentru care efectiv se ocupă intens de muncă este pentru că nu vor putea face faţă eşecului din viaţă. Dacă vor eşua, îşi vor găsi cu greu motivaţia să meargă mai departe şi nu se mai dezvoltă la fel de repede.

VĂRSĂTOR. Pentru Vărsători, creativitatea contează foarte mult şi nu vor să se supună în ceea ce priveşte opinia lor intelectuală. Se tem mereu să nu aibă aceeaşi părere ca restul celorlalţi, deoarece de multe ori nu au curajul să vorbească împotriva celorlalţi.

PEŞTI. Nativii Peşti tind să viеţuiască în propria lor lume imaginară, unde se bazează pe creativitatea lor pentru a trece peste toate. Se tem de responsabilităţi, mai ales că acestea îi vor împiedica să-şi dezlănţuie adevărata lor capacitatea legată de imaginaţie şi creativitate. Nativii Peşti, pur şi simplu, nu pot face uşor faţă sarcinilor ce le apasă umerii. Dacă este posibil, vor fugi şi se vor retrage cât mai repede în lumea lor.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Supravieţuind Apocalipsei ■ Yasuke – samuraiul negru ■ Cum s-a format Calea Lactee ■ Un geniu „incredibil de stupid" ■ Prevenirea intoxicaţiilor alimentare ■ Nevralgiile hormonale la femei ■ Cele mai bune monologuri din filme

HOROSCOP
14-20 iunie 2021

BERBEC 21.03-20.04

Haosul şi activitatea crescută pe frontul de acasă vor fi înnebunitoare şi veţi avea nevoie de multă răbdare cu membrii familiei. Relaţiile cu fraţii, rudele şi vecinii vor fi calde, ceea ce va aduce o îmblânzire a situaţiei.

TAUR 21.04-21.05

Mici probleme legate de finanţe vă vor aduce câţiva nori trecători. Poate fi vorba despre bogăţia partenerului sau ceva legat de împrumuturi. Din fericire, sunteţi vrăjitorii financiari ai zodiacului, aşa că veţi rezolva totul în favoarea dumneavoastră.

GEMENI 22.05-21.06

Astrele vă fac încrezători, fermecători şi diplomatici, însă în jurul dumneavoastră pluteşte o tensiune ce are legătură cu partenerul de viaţă sau cu un prieten apropiat. Ar putea fi vorba despre o gelozie ce nu îşi are rostul...

RAC 22.06-21.07

Doriţi să staţi mai retraşi şi să vă ascundeţi de vânzoleala zilnică. Cu toate acestea, sunteţi încrezători şi gata să săriţi în ajutorul tuturor persoanelor aflate în nevoie. La mijlocul săptămânii rezolvaţi o problemă legată de sănătate.

LEU 22.07-22.08

Vă implicaţi mai mult decât de obicei cu oameni creativi, cu simţ artistic sau s-ar putea să auziţi veşti de la vechi prieteni. Va trebui să faceţi planurile să funcţioneze şi să puneţi în aplicare ideile creative. Succes!

FECIOARĂ 23.08-22.09

Faceţi o impresie extraordinară tuturor. De fapt, îi veţi impresiona pe şefi, anumiţi oameni importanţi sau aţi putea începe o nouă poveste de dragoste. Este timpul favorabil revizuirii problemelor din trecut legate mai ales de părinţi.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Sunteţi aventuroşi şi doriţi să vă extindeţi lumea. Puteţi să învăţaţi lucruri noi, să studiaţi ceva nou. S-ar putea să staţi mai mult timp alături de familie sau să faceţi ceva „diferit", care să vă determine să vă simţiţi energizaţi.

SCORPION 23.10-21.11

Banii sau orice are legătură cu o proprietate comună şi responsabilitatea pentru ceilalţi sunt obiectivele principale pentru dumneavoastră în aceste zile. Orice apare la începutul săptămânii ar putea crea o anume tensiune, care se va dizolva treptat.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

S-ar putea ivi unele tensiuni legate de un fost partener sau un vechi prieten. De asemenea, este posibil să discutaţi mai aprins despre o proprietate comună sau o moştenire. Orice s-ar întâmpla, păstraţi-vă credinţa că totul se rezolvă.

CAPRICORN 22.12-19.01

Urmează zile aglomerate, deoarece sunteţi motivaţi să lucraţi şi să realizaţi cât de multe puteţi. Aveţi însă răbdare cu prietenii apropiaţi şi cu partenerii deoarece există o tensiune care pluteşte în aer.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

În aceste zile vă bucuraţi de interacţiuni cu ceilalţi şi de şansa de a vă exprima propria inventivitate. S-ar putea să doriţi să reînviaţi un proiect creativ, fie pentru a-l finaliza, fie pentru a-l duce într-o nouă direcţie.

PEŞTI 19.02-20.03

Puneţi accent pe casă şi familie, în special pe legătura cu unul dintre părinţi. Mulţi dintre dumneavoastră vor intra în contact cu rude pe care nu le-aţi mai văzut de ceva vreme. Vă face plăcere să transformaţi locul în care trăiţi.

Nativul săptămânii: **BLAISE PASCAL** (19.06.1623 – 19.08.1662)

A fost un matematician, fizician şi filozof francez, având numeroase contribuţii aduse în domeniul ştiinţei, precum construcţia unor calculatoare mecanice, studiul fluidelor şi consideraţii asupra teoriei probabilităţilor. În onoarea contribuţiilor aduse ştiinţei ale acestui nativ al zodiei Gemeni, numele Pascal a fost dat unităţii de măsură a presiunii şi unui limbaj de programare.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a alta direct de la cititorii noştri opiniile legate de continutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178965

Preţ abonament

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	9,00 LEI
❑ 2 LUNI	18,00 LEI
❑ 3 LUNI	27,00 LEI
❑ 4 LUNI	36,00 LEI
❑ 5 LUNI	45,00 LEI
❑ 6 LUNI	54,00 LEI

Abonamente 2021

Abonaţi-vă la revista Magazin direct la redacţie!

Abonamente 2021

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

1. Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.
2. Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
   – RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
   – RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 38 euro sau 45 $,
– 6 luni: 75 euro sau 90 $,
sume virate în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc ... Scara ... Etaj 1 Ap. ...
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. ...
C.N.P. ...
Expeditor ...
Localitatea ...
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. ...

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

SERIE NOUĂ - 1553 • ANUL LXIV • 17 IUNIE 2021 • 16 PAGINI • 3 LEI Nr. 24 (3303)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Femina club

Lecţii de nutriţie
Regula orei 18.00

Dosarele frumuseţii
Abdomen plat (2)

Supravieţuind Apocalipsei

DE OBICEI, POVEŞTILE LEGATE DE APOCALIPSĂ VORBESC DESPRE FORŢA EI DISTRUCTIVĂ. Fie că este produsă de impactul Pământului cu un asteroid, printre care se spune că a dus la dispariţia dinozaurilor acum 66 milioane de ani, fie că e adusă de erupţii vulcanice devastatoare, Apocalipsa înseamnă de fiecare dată dispariţia civilizaţiei. În urma unui asemenea cataclism ar fi dispărut Atlantida, înfloritoarea şi avansata civilizaţie de acum 13.000 de ani, de pildă. Nu sunt dovezi, dar sună interesant.

Care ar fi modurile în care viaţa umană pe Pământ ar putea sfârşi brusc? Oamenii de ştiinţă şi-au imaginat câteva, de la ciuperca pandemică la insurecţia roboţilor.

Încălzirea globală

Mamă a tuturor temerilor apocaliptice, schimbările climatice sunt cea mai mare ameninţare cu care se confruntă planeta, spun mulţi oameni de ştiinţă. Schimbările climatice ar putea face ca vremea extremă să fie mai severă, să crească seceta în unele zone, să schimbe distribuţia animalelor şi bolile pe tot globul şi să provoace scufundarea zonelor joase ale planetei în urma creşterii nivelului mării. Cascada schimbărilor ar putea duce la instabilitate politică, secetă severă, foamete, prăbuşire a ecosistemului şi alte schimbări care fac din Pământ un loc pustiu.

Asteroidul

Pericolul rămâne, este pilonul principal al filmelor de groază, dar oamenii de ştiinţă sunt legitim îngrijoraţi de faptul că un meteorit sau o rocă spaţială ar putea face praf Pământul.

Un impact meteoric a condamnat probabil dinozaurii iar, în cazul Tunguska, un meteorit masiv a afectat aproximativ 2.000 de kilometri pătraţi din pădurea siberiană în 1908. Iar despre aceste „bombe” spaţiale, care se ascund în Sistemul Solar, astronomii au doar o cantitate infimă de informaţii.

Ameninţarea pandemică

Aceasta este luată în calcul doar de puţin timp, de când cu pandemia de SARS-COV2. Şi datorită economiei noastre globale extrem de interconectate, o boală mortală s-ar putea răspândi ca un incendiu. „Ameninţarea unei pandemii globale este foarte reală”, spune Joseph Miller, coautor (împreună cu Ken Miller) al lucrării „Biologie”.

Ciuperca ucigaşă

Deşi ameninţările virale sunt periculoase, ameninţările fungice sunt şi mai înspăimântătoare, este de părere David Wake, curator la Muzeul Zoologic al Vertebratelor de la Universitatea Berkeley din California. „Am avut o nouă boală fungică amfibiană care tocmai a avut efecte devastatoare”, a spus Wake despre ciuperca *chytrid* care distruge broaştele în Statele Unite. O ciupercă la fel de fatală la om ar fi catastrofală. „Şi putem spune că ştim mult mai puţin despre tratarea infecţiilor fungice”, a adăugat Wake pentru *LiveScience*.

Boli fabricate

Bolile naturale nu sunt singurele de care se tem oamenii de ştiinţă. În 2011, comunitatea ştiinţifică a fost revoltată de faptul că cercetătorii au conceput o versiune mutantă a gripei aviare H5N1 care era transmisibilă în rândul dihorilor şi transmisă prin aer. Rezultatele au stârnit temeri pentru faptul că bolile mortale modificate ar putea scăpa din laboratoare din greşeală sau ar putea fi eliberate intenţionat, ducând la o pandemie globală.

> APOCALIPSA A ÎNFRICOŞAT OMENIREA DE MILENII. NIMENI N-A TRĂIT REAL VREUNA, DAR POVEŞTILE CU NENOROCIRILE ADUSE DE APOCALIPSĂ AU ÎNGROZIT MIILE DE GENERAŢII DE-A LUNGUL ISTORIEI. ELE ÎNGROZESC ŞI AZI, DEŞI PREA DESELE ANUNŢURI PROMOVATE DE MEDIA AU FĂCUT CA ŞTIRILE LEGATE DE APROPIATELE APOCALIPSE SĂ MAI SLĂBEASCĂ IMPACTUL EMOŢIONAL. ŞI TOTUŞI...

Războiul nuclear

Mulţi oameni de ştiinţă sunt încă îngrijoraţi de ameninţarea clasică legată de sfârşitul lumii: războiul nuclear global. Există temerea că dacă depozitele masive de arme nucleare din întreaga lume ar ajunge pe mâini greşite, asta ar putea duce la declanşarea unui război nuclear global.

Anul trecut, Buletinul *Atomic Scientists*, o revistă privind securitatea globală fondată în 1945 de foşti fizicieni ai proiectului Manhattan, a mutat limbile Ceasului Apocalipsei la cinci minute înainte de miezul nopţii. Ceasul Apocalipsei arată cât de aproape este omenirea de distrugere prin intermediul armelor nucleare, biologice sau a schimbărilor climatice globale.

Ascensiunea roboţilor

„Terminatorul” este un film SF, dar maşinile de ucidere nu sunt departe de realitate. Organizaţia Naţiunilor Unite a solicitat recent interzicerea roboţilor ucigaşi, probabil pentru că experţii se temeau că mai multe ţări dezvoltă acest gen de arme. Mulţi informaticieni consideră că *singularitatea*, adică punctul în care inteligenţa artificială depăşeşte inteligenţa umană, este aproape.

Nu se ştie cu precizie dacă aceşti roboţi vor fi ajutoare binevoitoare ale omului sau vor fi flagelul umanităţii. În principiu, lucrurile pot căpăta o turnură catastrofală atunci când există roboţi hiperinteligenţi înarmaţi cu arme letale care ar circula printre noi.

Suprapopularea Planetei

Teama de un glob suprapopulat a existat încă din secolul al XVIII-lea, de când Thomas Malthus a prezis că creşterea populaţiei va provoca foamete în masă şi va suprasolicita planeta. Deşi nu s-a întâmplat aşa ceva, acum când populaţia globală a depăşit 7 miliarde de oameni, mulţi conservatori cred că creşterea populaţiei este una dintre ameninţările cheie pentru planetă.

Desigur, nu toată lumea este de acord cu această presupunere: mulţi cred că creşterea populaţiei se va stabiliza în următorii 50 de ani şi că omenirea va găsi ieşirea din consecinţele negative ale suprapopulării.

Efectul bulgărelui de zăpadă

Problema privind ameninţările Apocalipsei nu este atât că fiecare dintre aceste scenarii s-ar putea întâmpla, ci că, aşa cum cred majoritatea oamenilor de ştiinţă, ar fi posibil un „efect al bulgărelui de zăpadă”, adică acumularea mai multor evenimente deodată, spunea Miller.

De exemplu, încălzirea globală ar putea creşte prevalenţa agenţilor patogeni, provocând în acelaşi timp schimbări pe scară largă ale climei. Între timp, prăbuşirea ecosistemului ar putea face uşor mai dificilă producerea de alimente, fără albine care să polenizeze culturile sau copaci care să filtreze apa agricolă. Deci, în loc de o catastrofă epică, câţiva factori relativ mici ar înrăutăţi atât de mult viaţa pe Pământ până când aceasta s-ar degrada treptat, e de părere Miller.

În acest scenariu, decăderea Pământului, prăbuşirea civilizaţiei, nu ar fi una dramatică, „ca şi când ar fi atacată de un tigru cu dinţi de sabie”, declara Miller pentru *LiveScience*. Ar fi ceva mai subtil, „e ca şi cum ai fi muşcat de nişte raţe până la moarte”.

Aşadar, am putea vorbi despre o Apocalipsă lentă, dar cu efecte probabil dramatice pentru civilizaţia umană.

Şi cu toate acestea, câte persoane ar trebui să supravieţuiască unei Apocalipse pentru ca viaţa să nu se curme brusc pe Terra? *(Continuare în numărul viitor)*

GEORGE CUŞNARENCU

5 948427 000171 24

Ramurile „copacului vieții”

„Există în esență un val în comunitatea științifică pentru a clasifica toate tipurile de celule într-o mare varietate de organisme diferite”, a explicat Bo Wang, profesor asistent de bioinginerie la Universitatea Stanford.

Drept urmare, folosind acest moment favorabil unui important pas înainte în domeniu, laboratorul său a dezvoltat un algoritm pentru a lega tipuri de celule similare pe distanțe evolutive. Metoda lor este concepută pentru a compara tipurile de celule din diferite specii prezente în așa-numitul „arbore al vieții” și poate ajuta biologii să înțeleagă cum au apărut tipurile de celule și cum s-au adaptat nevoilor funcționale ale diferitelor forme de viață.

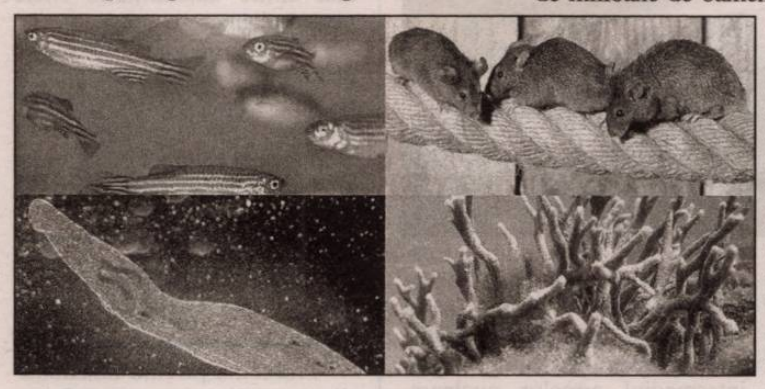
Acest lucru a devenit din ce în ce mai interesant pentru biologii evoluționiști în ultimii ani, deoarece noua tehnologie permite secvențierea și identificarea tuturor celulelor de-a lungul organismelor întregi.

Ideea pare fascinantă: de pildă, cine s-ar fi gândit până acum că între celulele umane și cele ale unui șoarece, pește, nevertebrată și așa mai departe ar putea exista asemănări sau deo-sebiri greu de anticipat?

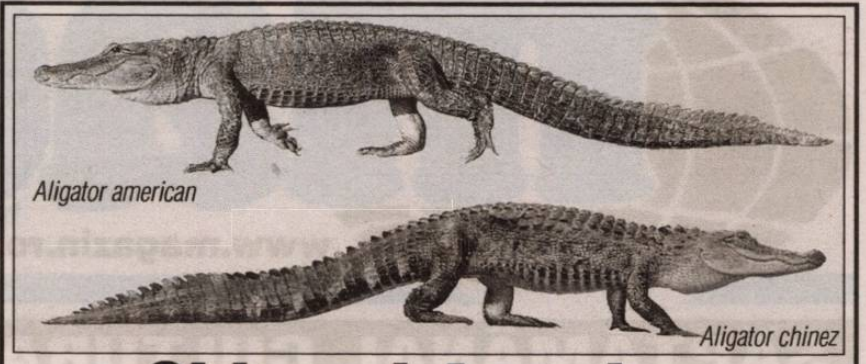
„Să spunem că vreau să compar un burete cu un om, a spus Alexander Tarashansky, bioinginer care lucrează în laboratorul lui Wang. Nu este clar ce genă de burete corespunde genei umane, deoarece pe măsură ce organismele evoluează, genele se duplică, se schimbă, se duplică din nou. Așa că acum aveți o genă în burete care ar putea fi legată de multe gene la om.”

Folosind abordarea lor de cartografiere, cercetătorii au descoperit o serie de gene conservate și familii de tipuri de celule între specii, un punct culminant al cercetării apărând atunci când au comparat celulele stem între doi viermi plați foarte diferiți.

„Faptul că am găsit potriviri unu-la-unu în populațiile lor de celule stem cred că practic a deblocat o mulțime de informații noi și interesante despre modul în care arată aceste celule într-un vierme parazit ce infectează sute de milioane de oameni din întreaga lume”, a comentat Tarashansky.



Rezultatele cartografierii echipei sugerează și că există o conservare puternică a caracteristicilor neuronilor și a celulelor musculare de la tipuri de animale foarte simple, cum ar fi bureții, la mamifere mai complexe, cum ar fi șoareci și oameni.



Aligator american

Aligator chinez

China și America își dispută aligatorii

Dintre reptilele mari, „rude” bune cu mai fioroșii crocodili, aligatorii se deosebesc într-un fel prin faptul că trăiesc pe Pământ de milioane de ani, unii dintre ei fiind cândva contemporani cu imenșii dinozauri. În general, se știe că aceste creaturi trăiesc în Statele Unite, în special în partea sudică, înregistrând o densitate mare în Florida.

Mai puțin se știe că aligatorul american mai are un confrate, însă în îndepărtata Chină și numai în apele marelui fluviu Yangtze, unde din păcate specia se află pe cale de dispariție. Între cele două tipuri – american și chinez – există diferențe considerabile legate de dimensiuni, modurile de viață fiind în general asemănătoare.

Lungimea medie a unui aligator american este de circa 3,5 metri, dar cel mai lung exemplar descoperit avea aproape 6 metri. La fel stau lucrurile și cu greutatea: media este de 350 kg, dar maxima înregistrată a fost de peste 450 kg. Mult mai modest, aligatorul chinez măsoară în medie sub 2 metri și cântărește în jur de 45 kg.

Pentru ambele specii apare o curiozitate în ceea ce privește dantura, fără de care probabil acest animal nu ar exista. În mod constant, un adult are circa 80 de dinți, însă ei se schimbă periodic, astfel că, de-a lungul vieții (aproximativ 50 de ani în sălbăticie și peste 75 de ani în captivitate) un aligator numără între 2.000 și 3.000 de dinți. Cu ei, se știe că acest temut prădător de apă dulce își prinde, ucide și devorează prada – animale mai mici sau mai mari, care sunt înghițite fără o „selecție” prealabilă.

De aceea, dacă țesuturile moi se digeră în două-trei zile, pentru oase și alte părți tari digestia poate dura chiar și 100 de zile. În fine, cu totul senzaționale sunt și calitățile sângelui aligatorilor, care distruge fără probleme orice microbi, bacterii și alte asemenea amenințări la adresa vieții. Astfel se explică și imunitatea șocantă la mediul mlăștinos și mai ales la hrana ingerată de ei.

Despre perspective

Să vorbim corect!

Auzim adesea în jurul nostru – chiar și la unele posturi de televiziune – vorbindu-se despre „perspectivele de viitor” ale unei societăți, categorii sociale, instituții etc. Greșeala, respectiv pleonasmul, este cauzată atât de dorința vorbitorului de a insista asupra sensului, cât și de necunoașterea corectă a substantivului „perspective”.

Acesta este definit de dicționar – în sensul care ne interesează – drept: „Ceea ce se întrevede ca posibil, realizabil în viitor”.

Așadar, „perspectiva” privește ceea ce va fi, planurile care se fac pentru activități care vor urma.

În cazul exemplului citat exprimarea corectă ar fi fost „perspectivele”, simplu, fără atributul care face referire la timp sau „planuri de viitor”. *(I.S.)*

Escalopul pane, între Milano și Viena

La fel ca vechea dilemă asupra întâietății oului sau a găinii, și între escalopul italian (milanez) și cel austriac (vienez) există o controversă de durată: care dintre cele două se află la originea celuilalt? Se pare că faimosul „Cotoletta alla Milanese” are prioritate.

Lombarzii, gastronomi prin tradiție, au pus la punct această suculentă modalitate de preparare a escalopului încă în secolul al XII-lea. Dar cum se face că această rețetă se regăsește în saloanele vieneze?

„Interpusul” chestiunii a fost mareșalul Joseph Radetzky, numit în anul 1830 de împăratul său, Francisc I, în fruntea trupelor austriece staționate în Lombardia-Veneția. Joseph Radetzky i-a reprimat pe naționaliștii italieni în 1831, după mai multe bătălii, apoi în 1848 și 1849, când au izbucnit noile revoluții de independență de-a lungul și de-a latul Europei. Și astfel, între două salve de tun, s-a născut insolita legendă culinară.

În mod regulat, mareșalul trimitea un fel de dări de seamă asupra misiunii sale și a situației ce domina orașul Milano, unde locuia el, către familia regală a Habsburgilor, precum și noului împărat – Ferdinand, fiul lui Francisc. Dar iată că într-o zi în care Radetzky se cam plictisea, asistentul său i-a șoptit că îi poate oferi rețeta unei excelente mâncări locale pe care să o deguste împreună și – cine știe? – poate că avea să le mai lumineze puțin chipurile. Mai târziu, reîntors la Viena, mareșalul a fost mai mult decât încântat să guste la masă cu împăratul deliciosul „Cotoletta alla Milanese”.

În fine, acesta trecuse prin „sosul” șovinismului și fusese rebotezat – cum altfel? – „Wiener Schnitzel”! Întreaga capitală austriacă era înnebunită după noul preparat culinar așa că, ce mai turavura, pur și simplu și l-a însușit. Așadar, aceasta ar fi povestea.

În patria lui Mozart, se va replica totuși întotdeauna că e vorba doar de bârfe și că „Wiener Schnitzel” există de prin veacul al XVI-lea. Însă, în materie gastronomică, filiațiile sunt deseori atât de inconsistente, încât e dificil să le tranșezi...

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin” este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN” S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerțului București sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: București sector 1, Piața Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAȚIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU Președintă
GEORGE CUȘNARENCU Administrator
NICUȘOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACȚIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacție: Gabriela Nițu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicușor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, București

COLEGIUL DE REDACȚIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Președintă a Consiliului de Administrație
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUȘNARENCU
Redactor-șef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin” S.R.L. Piața Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, București, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN”
Gabriela Nițu, Rodica Nițu

Tiparul: **TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.**

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material și din punct de vedere juridic, pentru exactitatea și corectitudinea celor relatate. Revista își declină orice responsabilitate.

Un somn bun, o vedere mai bună

Miopia este o problemă oftalmologică afectând, potrivit statisticilor, circa 10% dintre copii, dar aproape 30% dintre adulți. Pe lângă dificultățile în viața de zi cu zi pe care le provoacă, ea generează, potrivit unui recent studiu efectuat la Universitatea Flinders, Australia, o slabă calitate a somnului.

Acest lucru este cauzat de întârzierea ritmurilor circadiene și de producția mai scăzută de melatonină (hormonul responsabil de reglarea somnului nocturn) la persoanele mioape. Cercetătorii au analizat ritmurile circadiene – cicluri de 24 de ore care fac parte din ceasul intern al organismului uman – și producția de melatonină la un grup de studenți voluntari, unii având vedere normală, alții suferind de miopie.

Analiza rezultatelor a relevat că aceștia din urmă aveau ritmuri circadiene semnificativ în întârziere și producții mult inferioare de melatonină în salivă și urină, prin comparație cu colegii lor cu vedere bună.

„Perturbările ritmului circadian și ale somnului din cauza luminii artificiale și a utilizării de dispozitive electronice care emit lumină, pentru citit și divertisment, au devenit o preocupare recunoscută în câteva domenii, dar impactul lor asupra sănătății oculare nu a fost studiat intens. Concluziile noastre oferă dovada că un somn bun și un ritm circadian optim sunt esențiale nu numai pentru sănătate, în general, ci și pentru o vedere bună, în special", spune conducătorul studiului, dr. Ranjay Chakraborty.

Cercetătorii susțin că acesta ar fi încă un motiv pentru care părinții ar trebui să reducă expunerea la ecrane a copiilor lor și să le stabilească obiceiuri de somn sănătoase, întrucât astfel riscul dezvoltării miopiei va fi considerabil redus.

Cum s-a format Calea Lactee

Una dintre cele mai „incontestabile" teorii din domeniul astronomiei – cea potrivit căreia galaxia noastră, Calea Lactee, ar fi apărut brusc, în urma coliziunii cu o altă galaxie – va trebui rectificată radical, susțin specialiștii.

Studiind cu ajutorul telescopului VLT din Chile o secțiune transversală a unei galaxii numite UGC 10738, o echipă de astronomi de la Universitatea Sydney a ajuns la concluzia că aceasta ar fi foarte asemănătoare cu Calea Lactee, având discuri „groase", pline cu stele bătrâne, respectiv discuri „subțiri", unde predomină stelele tinere.

Se știe că astronomii pot identifica vârsta stelelor examinând procentul de fier în raport cu cel de hidrogen și heliu – stelele mai bătrâne au un procent de fier mai scăzut, în comparație cu stelele mai tinere, care conțin mult mai mult fier. Galaxia UGC 10738 are o lățime de peste 200.000 de ani-lumină, similară cu cea estimată pentru Calea Lactee, dar conține în special stele bătrâne.

Toate aceste aspecte sugerează că asemenea structuri nu sunt rezultatul unei coliziuni cu o galaxie mai mică, petrecute cu multe miliarde de ani în urmă, ci a unei transformări graduale, pașnice. Ca atare, trebuie reconsiderată teoria că galaxia noastră a apărut în urma unui accident cosmic, ea fiind de fapt tipică pentru toate galaxiile spirale.

„Până acum se credea că discurile subțiri și groase din Calea Lactee s-ar fi format după un impact violent, deci probabil nu se întâlnesc la alte galaxii spirale. Dar cercetările noastre au demonstrat că de fapt tocmai aceasta este evoluția naturală, fără intervenții catastrofice, a galaxiilor de tip spiral, iar galaxii în genul Căii Lactee sunt foarte comune în Univers", apreciază dr. Nicholas Scott, conducătorul proiectului australian.

Strategia maimuțelor pentru a evita conflictele

Tamarinul cu labe roșii (Saguinus midas), o specie de maimuță din America de Sud, este capabil să-și schimbe „accentul" când pătrunde pe teritoriul altor specii de maimuțe. Aceasta este concluzia la care au ajuns specialiștii Universității Ruskin, Marea Britanie, după ce au studiat câteva luni comportamentul mai multor grupuri de tamarini, din două specii diferite – tamarinii cu labe roșii, respectiv tamarinii pestriți.

Savanții au remarcat că de fiecare dată când intrau în teritoriul populat de cete de tamarini pestriți, tamarinii cu labe roșii renunțau să mai comunice între ei prin țipete și hăluituri scurte, optând în schimb pentru sunetele prelungi scoase de tamarinii pestriți. Această versatilitate vocală le-a permis tamarinilor cu labe roșii să se infiltreze în habitatul celor pestriți, care ocupă cel mai mic teritoriu dintre toate primatele din lume – o zonă de doar câteva mii de kilometri pătrați, în jurul orașului brazilian Manaus.

Tamarinii cu labe roșii au un habitat mult mai vast, în nord-estul Amazoniei și nu se află pe lista speciilor pe cale de dispariție, precum confrații lor cu blană pestriță. Dar, dacă nu ar folosi această formă de camuflare, ei ar intra în conflict cu „nativii" pestriți, ceea ce ar putea să le pericliteze ambelor specii supraviețuirea.

„Fiindcă aceste două specii se bazează pe resurse similare, schimbarea accentului și folosirea sunetelor scoase de populația nativă reprezintă o excelentă modalitate evoluționistă de identificare în densa pădure amazoniană și de evitare a conflictelor, pentru supraviețuirea comună", spune dr. Jacob Dunn, profesor de Biologie Evoluționară la Universitatea Ruskin.

Ambalajele din iarbă le vor elimina pe cele din plastic?

Un colectiv de cercetători de la Universitatea Aarhus, Danemarca, a inventat o modalitate de a înlocui ambalajele din plastic folosite de restaurante și firme de catering cu unele a-

vând la bază fibre de iarbă „100% degradabile".

Proiectul, numit SinProPack, tinde să reducă emisiile de dioxid de carbon cu circa 210 kilotone la nivel global. Numai în Danemarca, potrivit statisticilor, sunt utilizate anual peste 10.000 de tone de ambalaje din plastic pentru mâncare.

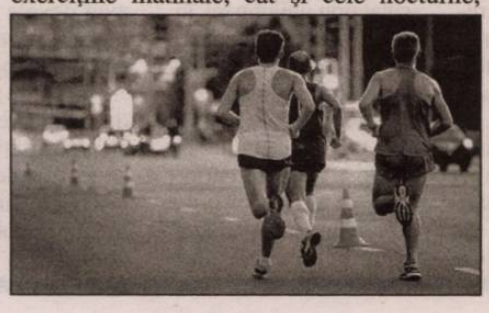
„Ambalajele biodegradabile produse din iarbă aduc o mulțime de beneficii pentru mediu. Iar abundența de biomasă verde din țara noastră face proiectul foarte interesant pentru guvern și mediul de afaceri", precizează Anne Christine Hastrup, directorul Institutului Tehnologic Danez.

Proiectul, care a primit granturi de aproape jumătate de milion de euro, va urmări realizarea de ambalaje total biodegradabile, care, dacă vor ajunge accidental în mediu, se vor descompune natural. Pe lângă iarbă, ar putea fi folosite fibrele vegetale de trifoi, dar și biomasa provenită din turbării și mlaștini, deși aceasta conține mai puține proteine.

„După recoltarea ierbii și extragerea proteinelor, pentru hrana animalelor, vom rafina și transforma într-o pulpă vegetală fibrele de iarbă, ca să obținem celuloza. Din această celuloză vom fabrica ambalajele", spune profesorul Morten Ambye-Jensen de la Departamentul de Inginerie Biologică și Chimică al Universității Aarhus.

Exercițiile fizice reduc riscul îmbolnăvirii de diabet

Studiind metabolismul a 24 de bărbați inactivi fizic cu vârste între 30 și 45 de ani și indice de masă corporală între 27 și 35 (adică supraponderali sau obezi), aflați în pericol de a se îmbolnăvi de diabet de tip 2, experții de la Universitatea Catolică Australiană au ajuns la concluzia că exercițiile fizice efectuate la începutul serii dau un puternic imbold metabolismului, permițând organismului să controleze mai ușor nivelurile de zahăr în sânge peste noapte. Deși atât exercițiile matinale, cât și cele nocturne,



și-au dovedit eficacitatea în îmbunătățirea funcției cardiovasculare, doar sportul practicat seara pare să scadă nivelul de glucoză din sânge, pe parcursul nopții, reducând astfel riscul declanșării diabetului.

Potrivit unuia dintre cercetători, Trine Moholdt, descoperirea are o semnificație deosebită pentru diabetici, care de obicei se confruntă cu probleme legate de reglarea glucozei în sânge. „Este un lucru important de știut, deoarece suferinzii de diabet de tip 2 înregistrează creșteri nocturne ale nivelului glucozei, așa încât atunci când merg la somn, glucoza lor atinge un vârf și continuă să aibă un nivel ridicat pe tot parcursul nopții. Prin exercițiu fizic practicat seara, subiecții studiului nostru au reușit să aplatizeze acest vârf, iar scăderea concentrațiilor de glucoză, pe timpul nopții, a fost însoțită și de o scădere a nivelului de colesterol."

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Un geniu „incredibil de stupid”

De cele mai multe ori, în războaie oamenii mizează pe inteligență, curaj și tenacitate pentru a-și învinge adversarii în luptă dreaptă. Dar un modest subofițer american, care în timpul Războiului din Vietnam a căzut prizonier la inamic a apelat la o cu totul altă armă.

Născut pe 3 septembrie 1946 în statul Dakota de Sud, Douglas Brent Hegdahl s-a înrolat, entuziasmat, în armata americană odată cu izbucnirea conflictului din Vietnam, dornic să lupte împotriva comunismului. El a fost trimis la bordul crucișătorului USS Canberra, care avea ca misiune patrularea în Golful Tonkin și distrugerea liniilor de comunicație inamice de pe țărm.

În dimineața zilei de 6 aprilie 1967, în timpul unui duel cu nord-vietnamezii, el a fost aruncat accidental peste bord de reculul unui tun și, din cauza zgomotului, camarazii nu i-au putut auzi strigătele de ajutor. Rămas în mare, fără vestă de salvare, Hegdahl, a plutit în derivă, neputând să se apropie de țărm din cauza curenților extrem de puternici, care l-ar fi zdrobit de stânci.

După 12 ore, el a fost găsit de niște pescari cambodgieni care l-au predat însă gherilelor vietnameze. Supus unor torturi cumplite, el a fost ulterior trimis la infama închisoare supranumită „Hotelul Hilton”, din Hanoi.

Anchetatorii nu au acceptat povestea sa privind căderea accidentală peste bord și au considerat că trebuie să fie vreun pilot de avion catapultat în mare. Văzând că nu este crezut, Hegdahl a schimbat tactica și a început să pretindă că este fiul imbecil al unui fermier sărac din Sudul american.

Tânărul și-a jucat cu atâta măiestrie rolul încât, după ce au încercat zadarnic să obțină informații de la el, vietnamezii chiar au crezut că este idiot, numindu-l, în rapoartele transmise superiorilor „un tip incredibil de stupid”. Când ofițerii vietnamezi l-au pus să scrie o declarație antirăzboinică, în care condamna intervenția americană,

Hegdahl a pretins că este complet analfabet și a scrijelit cu greu niște semne care nu puteau fi considerate litere.

Din cauza reputației lui de idiot, el a fost singurul prizonier de război american căruia i se permitea să iasă din celulă și chiar în perimetrul din jurul închisorii.

Mai mult decât atât, ori de câte ori se ivea oportunitatea, Hegdahl comitea sabotaje, reușind într-un rând să toarne pământ în rezervoarele a cinci camioane de transport trupe și muniție ale Viet Cong și scoțându-le din uz. Unul dintre prizonierii din închisoare, maiorul de aviație Joe Crecker, și-a dat seama că Hegdahl face pe prostul și l-a învățat o metodă de memorizare rapidă. Grație acesteia, „imbecilul” a reușit să rețină numele tuturor celor 256 de prizonieri americani din Hanoi, folosindu-se de versurile unui cântec de grădiniță, „Old Mac Donald Had a Farm”. Ca mijloc de propagandă, armata comunistă vietnameză obișnuia, din când în când, să elibereze prizonieri de război.

În august 1969, Hegdahl a fost eliberat, pe considerentul că este prea imbecil să poată oferi americanilor informații prețioase. Și totuși, când el s-a întors acasă, a făcut dezvăluiri complete, precizând nu doar numele tuturor militarilor americani prinși de vietnamezi, ci și locul unde se afla închisoarea și torturile inimaginabile la care erau supuși deținuții.

În 1970, el a fost trimis la Conferința de pace de la Paris, unde a vorbit presei despre ororile trăite de prizonierii de război americani în Vietnam.

Ca urmare a declarațiilor sale, Vietcong nu a mai îndrăznit să ucidă niciun prizonier american, știind că va fi făcut responsabil de crime de război.

La sfârșitul conflictului, toți prizonierii au fost eliberați și îl vor considera mereu pe Hegdahl eroul care le salvase viața făcând pe nebunul.

Fotodocument

Întâlnirea titanilor

În 1931, în timpul ședерii sale în Anglia, Mahatma Gandhi a acceptat să-l întâlnească pe faimosul actor Charles Chaplin, deși inițial nu avea habar cine este acesta (cei din anturajul său i-au explicat că este actor și un mare pacifist, care dorea ca India să fie independentă și colonialismul britanic să înceteze). Întâlnirea le-a prilejuit celor doi titani o discuție pe tema non-violenței, care-l va influența profund pe Chaplin: de altfel, discursul lui final din „Dictatorul” (1940) pare desprins dintr-o prelegere a lui Gandhi.

Yasuke – samuraiul negru

Cu aproape 500 de ani în urmă, la apogeul epocii samurailor, pe coastele Japoniei a sosit un bărbat african de culoare, înalt și vânjos, care, grație curajului, inteligenței și îndrăznelii sale, va deveni membru în această castă exclusivistă a războinicilor niponi.

Cunoscut ca Yasuke (nimeni nu i-a aflat vreodată numele adevărat), bărbatul a ajuns samurai sub conducerea lui Oda Nobunaga, puternicul lider războinic care în secolul XVI a unificat Japonia. În 1579, când Yasuke a sosit în capitala de atunci a țării, Kyoto, el a declanșat un asemenea interes printre localnicii care nu mai văzuseră oameni de culoare, încât mulțimile s-au bulucit să-l vadă, mai multe persoane fiind ucise în înghesuială.

Cu o înălțime de 190 cm, mult peste media samurailor japonezi, și cu pielea „cum e cărbunele”, după cum îl descria în jurnalul său un alt samurai, Matsudaira Ietada, Yasuke s-a impus rapid în rândurile armatei lui Nobunaga, ajungând să călărească numai alături de viitorul shogun.

Nu se cunosc originile lui, dar majoritatea istoricilor sunt de părere că s-ar fi născut pe actualul teritoriu al Mozambicului – alții dau ca țară natală Etiopia sau Nigeria. Ceea ce se știe este că Yasuke a sosit în Japonia ca sclav și gardă de corp a unui călugăr iezuit italian, Alessandro Valignano, și a cutreierat mult țara, însoțindu-l pe misionarul creștin în peregrinările sale.

Inteligent și îndrăzneț, însușindu-și japoneza mai bine decât stăpânul său, sclavul a atras atenția lui Nobunaga, care l-a luat în serviciul său și l-a eliberat, impresionat de inteligența și curajul lui.

Yasuke a devenit curând membru al anturajului lui Nobunaga, fiind lăudat de acesta, care afirma că „Yasuke are nu doar puterea, ci și mintea a zece oameni”. Deși mulți tradiționaliști au criticat decizia atotputernicului shogun de a include un străin în casta samurailor, se poate spune că Yasuke și-a meritat „grade”, el luptând cu vitejie în toate bătăliile pe care Nobunaga le-a purtat.

În noaptea când unul dintre generalii shogunului, Akechi Mitsuhide, s-a răzvrătit împotriva acestuia, incendiindu-i palatul și înconjurându-l cu trupe credincioase lui, Nobunaga a comis tradiționala sinucidere rituală, seppuku, rugându-l pe Yasuke să-l decapiteze după moarte și să-i ducă sabia și capul fiului său.

O astfel de rugăminte reprezenta cea mai mare onoare care i se putea face unui samurai. După dispariția protectorului său, Yasuke a fost nevoit să plece în exil, revenind, se pare, la misiunea iezuită din Kyoto.

Despre ultimii săi ani de viață și felul cum a murit nu se mai știe nimic, însă cu siguranță Yasuke este și astăzi o personalitate istorică deosebit de îndrăgită în Japonia – aventurile lui au fost chiar descrise într-o apreciată carte pentru copii, unde el apare ca personajul Kuro-suke (kuro însemnând „negru” în limba japoneză).

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Astăzi în istorie

17 iunie 1939

Ultima execuție publică prin ghilotinare în Franța

Eugene Weidmann, ultima persoană ghilotinată în public în Franța, s-a născut pe 5 februarie 1908, la Frankfurt-am-Main, Germania. Inițial un hoț mărunt, el a condus o bandă de adolescenți pe meleagurile natale, după care a venit la Paris și a trecut la infracțiuni serioase, inclusiv șase crime. Individul obișnuia să dea anunțuri de cumpărare a unei mașini și sub pretextul că voia să verifice autoturismul, solicita proprietarului să-l plimbe puțin pe la periferia Parisului.

Odată ajunși într-un loc izolat, îl împușca pe proprietar în ceafă cu revolverul și îi fura mașina. Arestat pe 8 decembrie 1937, după un schimb de focuri cu poliția, la casa lui din St Cloud, Weidman a fost adus în fața tribunalului și, la întrebarea judecătorului

dacă simte vreo remușcare pentru oamenii nevinovați pe care-i ucisese, el a mărturisit, candid: „Pentru ce remușcări? Nici măcar nu îi cunoșteam!”

Weidmann a mărturisit polițiștilor că următoarea etapă a carierei sale infracționale urma să fie răpirea de parizieni bogați, în vederea obținerii de recompense. Doi dintre complicii săi au fost achitați de juriați, dar Weidmann și mâna lui dreaptă, Roger Million, au fost condamnați la moarte.

Ulterior, sentința lui Million a fost comutată în închisoare pe viață, dar Weidmann a fost executat prin ghilotinare, în Rue Georges Clemenceau, chiar în fața Palatului de Justiție de la Versailles. Locurile din preajma ghilotinei au fost vândute curioșilor la prețuri uriașe. Totul fusese organizat până în cele mai mici amănunte, dar călăul, Henri Desfourneaux, a avut trac, din cauză că, deși un profesionist cu experiență, nu mai realizase niciodată o ghilotinare în public.

Ultima dorință a lui Weidmann a fost să fumeze un trabuc și să bea un pahar cu rom în celulă. Dar sfârșitul nu i-a fost atât de ușor pe cât se aștepta și, spre oroarea asistenței, din cauză că ajustase greșit ghilotina, din cauza tracului, călăul a avut nevoie de trei încercări pentru a-l decapita pe condamnat.

În urma articolelor devastatoare din presă, autoritățile franceze au luat decizia de a interzice, din acel moment, ghilotinările în public.

E bine de ştiut

Integritatea tuturor articulaţiilor organismului, dar şi forţa şi contracţia musculară sunt influenţate pozitiv de procentul de calciu, sodiu şi potasiu existent în organism.

E bine de ştiut, calciul este un element mineral esenţial, aportul corespunzător fiind indispensabil pentru asigurarea creşterii normale, formarea masei osoase şi menţinerea echilibrului metabolismului la nivelul oaselor. Calciul intervine în funcţionarea muşchilor, a inimii, a sistemului nervos şi în reglarea proceselor metabolice.

Un conţinut bogat în calciu, potasiu şi sodiu îl are laptele, considerat potrivit unor studii interesante, un aliment care protejează

Pledoarie pentru lapte

împotriva bolilor cardiovasculare. Şi tot despre lapte se spune că este o băutură hidratantă în adevăratul sens al cuvântului, fiind o variantă excelentă de hidratare.

Alte studii surprinzătoare au arătat că persoanele care consumă zilnic lapte stau mult mai bine la capitolul greutate decât cele care nu au laptele în alimentaţia zilnică. Cercetările au demonstrat legătura directă dintre consumul de lapte şi scăderea în greutate, observându-se că prima zonă a corpului vizată în procesul de slăbire este cea abdominală.

O persoană tânără, cu o greutate normală, care consumă zilnic lapte, este protejată în ceea ce priveşte apariţia bolilor cardiovasculare.

E bine de ştiut că din cele mai vechi timpuri, laptele a reprezentat un elixir al tinereţii şi al tenului frumos. Chiar dacă laptele intră în compoziţia a numeroase produse cosmetice, este recomandabil consumul zilnic a una-două căni de lapte, acesta ajutând la menţinerea elasticităţii şi fermităţii pielii, conferindu-i strălucire şi protecţie împotriva îmbătrânirii precoce.

Dr. ANDY ANDREI

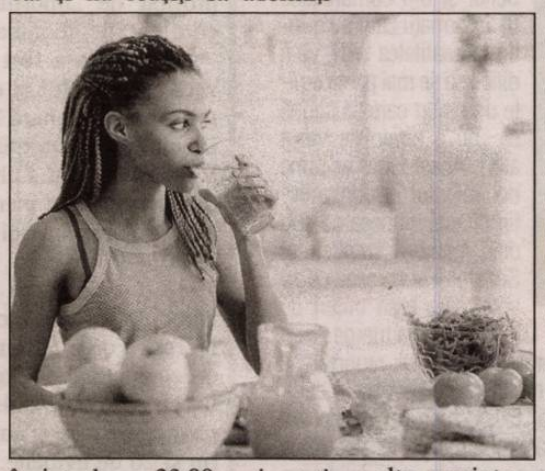
Lecţii de nutriţie

Regula orei 18.00

Se vehiculează numeroase soluţii extreme care promit rezultate spectaculoase în privinţa scăderii în greutate. De exemplu, în ultima vreme au apărut o sumedenie de diete create în jurul conceptului de fasting – post – pe care îl găsiţi ambalat în diverse variante: nu mâncaţi nimic o zi pe săptămână, nu mâncaţi nimic două zile pe săptămână, mâncaţi o zi da, una ba, mâncaţi numai fructe, consumaţi numai alimente lichide şi enumerarea a ceea ce majoritatea ar considera că sunt adevărate suplicii poate continua.

Revenind la ideea de pauză alimentară, spune dr. nutriţionist Laura Ene, nu o resping deloc, chiar mi-am propus să vă prezint beneficiile unui astfel de regim, dar, aşa cum aţi intuit deja, într-o abordare echilibrată. În plus, am înţeles şi că de multe ori ne este mai uşor să ne asumăm schimbările atunci când le putem asocia cu respectarea unor reguli cât se poate de clar formulate. Aşadar, care sunt implicaţiile regulii orei 18.00.

Într-o variantă mai uşor de asimilat pentru început, puteţi lua în considerare să nu mai consumaţi zahăr, glucide sau carbohidraţi după ora 18.00. Dacă aveţi un program încărcat şi nu reuşiţi să adormiţi



înainte de ora 23.00, mai puteţi lua o gustare rapidă în jurul orei 20.00, ţinând cont de faptul că oricum nu este recomandat să mâncaţi cu mai puţin de 3 ore înainte de ora de culcare. Această gustare ar putea consta dintr-un iaurt degresat, bastonaşe colorate de legume condimentate cu ierburi aromatice (morcov, castraveţi, ardei) sau o supă clară.

După câteva zile sau chiar o săptămână, cât simţiţi că aveţi nevoie pentru a vă acomoda uşor-uşor cu această idee, puteţi trece la nivelul avansaţi. Asta înseamnă să vă programaţi de aşa natură cele trei mese ale zilei, astfel încât să nu mai fie nevoie să mâncaţi nimic după ora 18.00. Cu alte cuvinte, vă programaţi zilnic o perioadă de *fasting* de minim 12 ore.

3 avantaje ale regulii orei 18.00

1) Aproape instantaneu, adică fix de a doua zi de dimineaţă, vă veţi trezi cu un nivel optim al energiei. La chemarea ceasului deşteptător, vă veţi ridica mai uşor din pat şi veţi întâmpina cu poftă de viaţă perspectiva noii zile. Nu este un mister, aceste efecte se datorează somnului odihnitor şi relaxant de care vă bucuraţi atunci când nu vă culcaţi cu stomacul plin.

2) Corpul se resetează, intrând în parametri optimi de funcţionare. Ce înseamnă asta? Vă va fi foame dimineaţa, iar dacă luaţi micul dejun, deja aţi făcut pasul decisiv către un program normal al meselor. Este firesc (şi avantajos, dacă vă număraţi printre pofticioşi) să mâncaţi săţios în prima parte a zilei, când arderile sunt crescute.

3) Respectaţi regula orei 18.00 timp de 2 săptămâni şi veţi observa că puteţi să scădeţi în greutate fără efort: minim 1 kilogram de grăsime şi 1 centimetru în talie. Mai mult decât atât, se reduce celulita şi vă debarasaţi de colăceii de pe abdomen. Aceştia se vor topi ca prin minune fără resursele alimentare nocturne, care vă menţineau în cea mai rotofeie formă.

Bonus: Pe lângă faptul că scăderea în greutate reprezintă în sine un plus la capitolul sănătate, vă veţi proteja ficatul şi intestinul, câtă vreme nu mai sunt în postura de a munci din greu peste noapte. De asemenea, vă veţi bucura de normalizarea tranzitului intestinal şi veţi scăpa de balonare.

Încercaţi să faceţi zilnic schimbări concrete şi asumate în dieta şi obiceiurile dumneavoastră.

Gastronomice

Cartofi cu parmezan

6 cartofi medii (fiecare tăiat în 4 ronde pe lung), 60 g parmezan ras, 75 g unt topit, 55 g făină, sare, piper, condimente.

Se pune untul topit într-o tavă. Într-o pungă se amestecă făina, parmezanul şi piperul, apoi se tăvălesc cartofii în pungă acoperindu-i cu amestecul. Se aşază cartofii într-o tavă pe un singur strat. Se pune tava în cuptorul preîncălzit pentru 30 de minute, apoi se întorc feliile de cartofi şi se presară condimente. Se dau din nou la cuptor până se rumenesc.

Mâncare de vinete

4 vinete, 4 roşii, o ceapă, 3 fire ţelină, 3 căţei usturoi, 40 g zahăr pudră, 60 g stafide, 60 g măsline, 50 ml ulei, o legătură pătrunjel, 30 g capere, 100 ml oţet balsamic, sare, piper.

Firele de ţelină se curăţă şi se pun 3 minute în apă clocotită. Se taie vinetele cuburi şi se pun la călit cu un praf de sare, după care se scot pe hârtie absorbantă pentru a se scurge. Ceapa se căleşte în acelaşi ulei, se presără sare, se adăugă ţelina tăiată, măslinele, caperele, roşiile, stafidele şi usturoiul, lăsându-le 10 minute pe foc şi amestecând din când în când. La sfârşit se adaugă vinetele şi se mai lăsă 5 minute. Zahărul se desface în oţet şi se adaugă peste vinete. Se potriveşte de sare, piper şi se serveşte cu pătrunjel tocat fin.

Salată de căpşuni

450 g cremă de brânză, 125 g zahăr pudră, 2 linguriţe extract de vanilie, 450 g frişcă bătută, 500 g căpşuni, 2 banane, 350 g zmeură, 3 linguri biscuiţi digestivi.

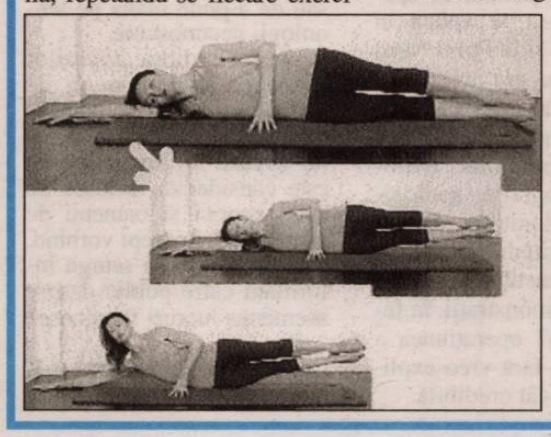
Se feliază căpşunile şi bananele. Într-un bol se pune crema de brânză, zahărul pudră şi extractul de vanilie şi se amestecă bine. Se adaugă biscuiţii sfărâmaţi şi se bate în continuare, se încorporează frişca, apoi se pun şi fructele amestecând uşor ca să nu se sfărâme. Se lasă puţin la rece şi se se pune în cupe.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

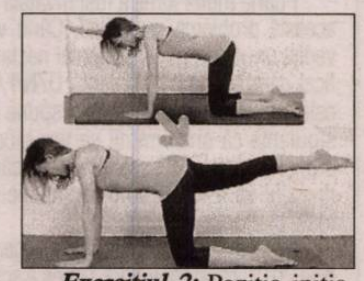
Dosarele frumuseţii

Abdomen plat 2

Continuăm în această săptămână seria exerciţiilor sugerate de prof. Elodie Ley (Franţa) pentru a începe vara cu un trup cât mai atrăgător. După patru săptămâni de exerciţii făcute cu oarecare lejeritate, de 2-3 ori pe săptămână, repetându-se fiecare exerciţiu de 3-6 ori, supleţea dobândită vă va bucura.



Exerciţiul 1: Întinsă pe o parte, cu capul sprijinit pe braţul întins. Cealaltă mână, pliată de la cot, asigură echilibrul sprijinindu-se pe sol. Inspiraţi pe nas apoi expiraţi pe gură, întinzând capul la maximum. Reveniţi la poziţia iniţială inspirând. Aveţi grijă ca spatele, capul şi picioarele să fie perfect aliniate. Se repetă exerciţiul de 2 ori pentru fiecare parte.



Exerciţiul 2: Poziţia iniţială, cum se vede şi în imagine, este în patru labe; braţele perfect paralele, se sprijină în pumni, iar genunchii vor fi pe aceeaşi traiectorie cu şoldurile. Inspiraţi retrăgând pieptul. Expiraţi întinzând braţul înainte, apoi rămâneţi în această poziţie şi inspiraţi. Alternaţi cu celălalt braţ, apoi întindeţi pe rând fiecare picior. Pentru a creşte dificultatea exerciţiului întindeţi în acelaşi timp un picior şi braţul opus.

Exerciţiul 3: poziţia iniţială, în patru labe. Pe o expiraţie întindeţi gamba dreaptă. Inspiraţi, apoi pe expiraţie întindeţi celălalt picior. Inspiraţi, îndoiţi gamba dreaptă. Inspiraţi, îndoiţi-l pe celălalt. Atenţie să nu se cambreze spatele.

Minţile unora se vor bloca

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Printr-o lege semnată de Donald Trump, pe 27 decembrie 2020, Comisia pentru informaţii a Senatului SUA a cerut ca în 180 de zile (ceea ce ar fi în jurul datei de 25 iunie 2021), Pentagonul şi serviciile de informaţii din SUA să prezinte, într-un raport public, tot ce ştiu despre fenomenele aeriene neidentificate (FAN).

Înlege scrie, între altele: „Comisia sprijină eforturile Grupului operativ pentru fenomene aeriene neidentificate, de la Biroul de informaţii navale, pentru a standardiza colectarea şi raportarea fenomenelor aeriene neidentificate, a oricăror legături pe care le-ar avea cu guvernele străine şi ameninţarea pe care o reprezintă pentru activele şi instalaţiile militare americane. Comitetul îndrumă Direcţia naţională de informaţii (DNI), în consultare cu secretarul apărării şi cu şefii altor agenţii pe care directorul şi secretarul le consideră relevante, să prezinte, către comisiile de informaţii şi de servicii armate ale Congresului, în termen de 180 de zile de la data adoptării legii, un raport privind fenomenele aeriene neidentificate...” Atunci când acest text a a devenit public pentru prima dată, în mijlocul anului 2020, o parte din şocul produs a fost dat şi de faptul că a devenit clar că în Pentagon, în cadrul Oficiului de Informaţii Navale (ONI), funcţionează un grup operativ pentru fenomene aeriene neidentificate (FANTF).

Cererea, devenită acum lege, continuă să agite spiritele. În săptămânile trecute am prezentat opiniile lui John Ratcliffe, Chris Mellon, Luis Elizondo etc. Într-un articol important din martie 2021, în *„Medium”*, publicistul Bryce Zabel, după ce analizează opiniile acestora, le îmbogăţeşte cu ale altora, dar şi cu concluzii personale.

Raport nesecret

După părerea sa, un raport OZN complet, venit din partea serviciilor de informaţii din SUA, ar putea fi de natură să blocheze minţile oamenilor. Agenţiile de informaţii americane se află la o răscruce de drumuri: fie vor recunoaşte formal, la mijlocul acestui an, realitatea FAN/OZN, fie se vor angaja într-o nouă generaţie de înşelătorii.

Faptul că Directorul naţional de informaţii are sarcina ca până la 25 iunie 2021 să producă un raport neclasificat despre FAN, pentru Comisiile de informaţii şi de servicii armate ale Senatului, „va fi un test imens de transparenţă şi deschidere privind OZN-urile pentru Administraţia Biden”.

În negarea, odinioară monolită, a realităţii OZN/FAN, practicată de comunitatea de informaţii din SUA au apărut fisuri care se lărgesc pe zi ce trece. Cea mai recentă a venit pe 20 martie de la John Ratcliffe, care a ocupat funcţia de director naţional al serviciilor de informaţii, sub conducerea lui Donald Trump, din mai 2020 până în ianuarie 2021. Această poziţie este, efectiv, cea mai înaltă pentru întreaga comunitate de informaţii din SUA.

Comitetul Senatului pentru informaţii (SSCI) este acum prezidat de senatorul Mark Warner, în locul senatorului Marco Rubio. Ambii au formulat întrebări esenţiale cu privire la subiectul FAN şi s-au exprimat clar că aşteaptă răspunsuri. Warner spunea: „Militarii şi alţii iau acum în serios această problemă, ceea ce, în generaţia anterioară, s-ar putea să nu fi fost cazul.” În iulie anul trecut, senatorul Marco Rubio spunea într-un interviu TV: „Avem lucruri care zboară în jurul bazelor militare şi al perimetrelor în care desfăşurăm exerciţii militare şi nu ştim ce sunt şi ce nu sunt ale noastre. Deci, aceasta este o întrebare legitimă de pus şi aş spune sincer, dacă este ceva din afara acestei planete, ar fi de fapt mai bine decât să fie un salt tehnologic al ruşilor, chinezilor sau al altui adversar, care le-ar permite să desfăşoare acest tip de activitate. Concluzia este că, dacă există lucruri care zboară peste baze militare şi nu ştii ce sunt, nu sunt ale tale şi prezintă potenţiale tehnologii pe care nu le ai la dispoziţie, asta pentru mine este o problemă de securitate naţională, un risc pe care ar trebui să-l analizăm.”

Să ne amintim, de asemenea, că unul dintre membrii comitetului care a votat „da” pentru a cere raportul FAN a fost nimeni altul decât senatoarea (acum vicepreşedinta) Kamala Harris. Spre deosebire însă de preşedinţii comisiei, Harris nu a vorbit public pe această temă şi nici măcar nu a fost întrebată în timpul campaniei din 2020.

Fostul director al CIA, John Brennan, care a fost în funcţie sub preşedintele Obama, timp de patru ani, a spus şi el recent, într-un interviu realizat pentru

un podcast produs de Centrul Mercatus al Universităţii George Mason: „Am văzut câteva dintre acele videoclipuri de la piloţii navali şi trebuie să vă spun că sunt de natură să ridice sprâncene atunci când le priveşti. Este vital pentru analiştii profesionişti să nu intre în acest tip de provocare, respingând anumite tipuri de posibilităţi sau crezând în avans că este cu siguranţă fie X, Y sau Z. Încercaţi să vă asiguraţi că aveţi cât mai multe date în termeni de imagini şi, de asemenea, diferite tipuri de colecţii, poate tehnice, de la senzorii disponibili. Alăturaţi şi alte lucruri care s-au întâmplat pe teren, sau alte tipuri de fenomene, care ar putea ajuta la explicarea acestui mister. Viaţa este definită în multe moduri diferite. Cred că este un pic arogant pentru noi să credem că nu există nicio altă formă de viaţă nicăieri în întregul Univers. Oamenii vorbesc despre faptul că ar putea exista şi o altă viaţă în afară de cea pe care o cunoaştem pe glob. Ce anume ar putea fi fenomenele observate suportă multe puncte de vedere diferite. Dar cred că unele dintre fenomenele pe care le vom vedea vor continua să fie inexplicabile. Ar putea fi, de fapt, un tip de fenomen care este rezultatul a ceva pe care nu-l înţelegem încă şi care ar putea implica un anumit tip de activitate despre care unii ar putea spune că reprezintă o altă formă de viaţă.”

Această declaraţie nu reprezintă o noutate absolută. Amiralul Roscoe Hillenkoetter, primul director al CIA, între 1947 şi 1950, la un deceniu după părăsirea serviciului, scria într-o scrisoare adresată Congresului: „Este timpul ca adevărul să fie scos la iveală. În culise, ofiţeri de rang înalt ai Forţelor Aeriene sunt profund preocupaţi de OZN-uri. Dar prin secretul oficial şi prin ridiculizare, mulţi cetăţeni sunt conduşi să creadă că obiectele zburătoare necunoscute sunt o prostie. Cer o acţiune imediată a Congresului ...”

Persoana care trebuie să încheie raportul din iunie este noul Director naţional de informaţii (DNI), Avril Haines. Având în vedere mandatul primit, ea trebuie să aibă mai mult de câţiva oameni care să lucreze la acest raport.

Confirmări fără echivoc

Bryce Zabel se întreabă ce vor decide în cele din urmă Biden, Harris, secretarul apărării Lloyd Austin şi Haines cu această cerere de informaţii din partea Senatului Statelor Unite, o cerere care, într-o perioadă de partizanat extrem, a fost emisă în unanimitate bipartidă?

O primă variantă ar fi să încerce să ocolească problema, să pună lucrurile bune în addenda clasificată şi, în general, să încetinească evoluţia dezvăluirii realităţii FAN. Ar fi ceva în genul celor întâmplate cu proiectul *Blue Book* al Forţelor Aeriene din SUA, înainte de 1969. O alta ar fi o confirmare fără echivoc a existenţei FAN. Ceva care ar putea începe un proces serios şi să schimbe istoria.

Dat fiind numărul de persoane la nivel înalt din Senat şi din comunitatea de informaţii care au confirmat realitatea FAN, va fi dificil să se mai poată emite un raport care să spună că „nu e nimic de văzut aici”. Acest lucru ar pune documentul în contradicţie directă cu ceea ce ştiu deja membrii comitetului Senatului şi cu ceea ce au spus deja foşti ofiţeri de informaţii. Deci asta nu va merge.

Mai probabil este ca raportul să pună mai multă carne pe oasele celor spuse deja. Există lucruri care zboară pe cerul Pământului, care încalcă fizica aşa cum o cunoaştem noi, nu le-am creat noi, nu credem că Rusia sau China le fac şi nu ştim de unde provin. Nu este deloc probabil ca un asemenea raport să analizeze şi vasta istorie a fenomenului. Nu se va face nicio menţiune despre cazurile clasice care încep de la sfârşitul celui de-al Doilea Război Mondial. Se va concentra pe prezent.

Foarte multă lume a fost învăţată că această problemă nu există. Când vor vedea un raport guvernamental neclasificat care spune că existenţa OZN/FAN este o problemă reală, putem spune cu siguranţă că unele minţi se vor bloca, pur şi simplu, în special atunci când mesajul va fi fost amplificat practic pe toate platformele media.

Procesul a fost început în decembrie 2017, când New York Times a scris acea primă poveste şi a publicat cazul Nimitz şi altele asemenea. În cei trei ani şi jumătate de atunci, a existat un arc lent şi constant care solidifică argumentele. Admiterea din partea guvernului este „celălalt pantof”, spune Zabel. Ea se va petrece cândva, în curând. Oamenii se pregătesc...

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Operaţiunea Highjump

În traducere liberă, „high-jump” înseamnă „salt”, adică o săritură de mare amploare. Însă în cazul nostru este vorba despre misiunea ştiinţifică militară în Antarctica a americanilor denumită oficial *The United States Navy Antarctic Developments Program,* care a făcut obiectul unor teorii ale conspiraţiei.

Durata Operaţiunii Highjump a fost relativ scurtă: din 2 decembrie 1946, până în februarie 1947. Aşadar, la puţin timp după încheierea Marelui Război, care, pe lângă imensul număr de victime şi distrugerile împinse până în pragul colapsului civilizaţiei umane, adusese şi avantaje inimaginabile, de toate felurile, atât învingătorilor, cât şi unei părţi a învinşilor, dar mai ales unor companii globale care au profitat de „oportunităţile” conflagraţiei mondiale.

Expediţia a fost organizată de amiralul şi exploratorul polar Richard E. Byrd şi condusă de contraamiralul Richard Cruzen. Cel dintâi a mai condus alte patru expediţii polare, în anii 1928-1930, 1933-1935, 1939-1941 şi 1955-1956. S-a pus atunci în acţiune forţa navală Task Force 68, implicând o demonstraţie impresionantă, cu 4.700 de militari, 13 nave, între care şi un submarin şi 26 de avioane.

Oficial, scopurile operaţiunii erau: ● antrenarea personalului şi testarea echipamentelor în condiţii polare; ● asigurarea suveranităţii americane pe o largă arie „ospitalieră” a Antarcticii; ● studierea fezabilităţii de stabilire şi menţinere a unor baze în Antarctica şi căutarea unor potenţiale locuri de implantare; ● dezvoltarea deprinderilor de stabilire şi menţinere a bazelor aeriene în regiunea polară, în special pentru a le aplica în Groenlanda şi la Polul Nord (Groenlanda era un punct strategic vital între URSS şi SUA); ● îmbunătăţirea cunoaşterii condiţiilor hidrografice, geografie, geologice, meteorologice şi magnetice ale regiunii. Totuşi, în pofida spectaculoasei şi costisitoarei demonstraţii, în februarie 1947 operaţiunea a fost anulată fără vreo explicaţie cât de cât credibilă.

Evadarea lui Hitler şi valea din centrul Pământului

Prezenţa unui important arsenal militar într-o expediţie pretins ştiinţifică a generat numeroase suspiciuni. Ştiind că Germania nazistă îşi revendicase un teritoriu în Antarctica *(Neuschwabenland,* „Noua Şvabia”), unii au presupus că Operaţiunea Highjump viza de fapt o vânătoare de nazişti în zonă sau însuşirea unei uzine de arme secrete. Această teorie se lega de alta, şocantă, potrivit căreia Hitler se putuse salva fugind din Germania şi instalându-se în Neuschwabenland, după sfârşitul războiului.

În acest cadru halucinant, este de înţeles că numeroase informaţii false despre operaţiune au fost prezentate ca veridice. De pildă, bilanţul pierderilor umane şi materiale a fost mult mărit, s-a lansat ideea că sovieticii şi britanicii spionau expediţia americană etc. La modul mai general, zvonurile privitoare la prezenţa lui Hitler în Antarctica erau însoţite de istorisiri despre OZN-uri sau despre teoria Pământului gol.

Mai mult, unii autori susţin că Byrd ar fi găsit o intrare către centrul Pământului, în timpul unei expediţii din anii ’20. Aici s-ar afla o vale veşnic înverzită, plină de creaturi necunoscute sau baza unei civilizaţii nepământene (ori „atlante”) care ar stăpâni tehnologii foarte avansate!

Scriitorul Charles Berlitz, celebru pentru popularizarea subiectului „Triunghiul Bermudelor”, afirma în cartea sa „Without a Trace” (1979) că Byrd putuse vedea în timpul expediţiei sale din 1929 câmpii întinse pe care se aflau animale şi fiinţe umane. Pentru partizanii acestor teorii, Operaţiunea Highjump ar fi fost organizată cu obiectivul secret de a explora centrul Terrei sau de a pune mâna pe tehnologii necunoscute.

Însă, în lipsa dovezilor solide ce ar permite să fie luată în seamă, teoria Pământului gol sau cea a unei colonii naziste în Antarctica nu este considerată serioasă de către istorici şi oamenii de ştiinţă. Dar, la drept vorbind, cine ar lăsa să se scurgă informaţii către public despre asemenea lucruri fabuloase?

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Necuvântătoare cu calităţi umane

Puteţi fi un performer al surfingului, dar şi seducător versat, puteţi să vă ascundeţi vârsta ori să deveniţi un superspion, puteţi să aveţi realizări de mare arhitect sau să fiţi un prieten autentic, fidel... Nenumărate sunt calităţile şi abilităţile de acest gen ale omului – dar, oare, numai ale omului?

Fabulosul univers al necuvântătoarelor îşi dezvăluie deseori o latură de-a dreptul miraculoasă, care spulberă orice bariere ne-am putea imagina că există între noi şi celelalte creaturi vii din jurul nostru.

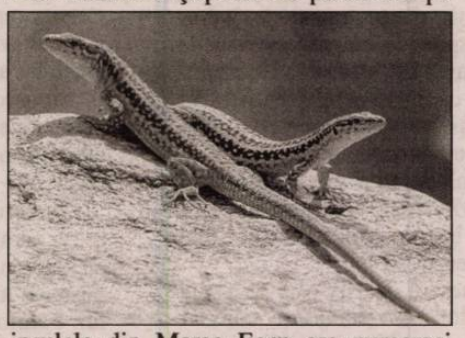
Campioană la surfing

Vara, se întâlneşte frecvent situaţia în care o albină aflată în apă se zbate din răsputeri să revină în aer pentru a-şi relua activitatea. De fapt, nu e vorba despre o luptă pentru supravieţuire.

Micuţa creatură are nevoie de apă pentru a-şi răcori corpul şi pentru a o duce la stup, iar deseori ceea ce pare un înec este acţiunea de „decolare", condiţionată totuşi de păstrarea aripilor uscate. Acestea determină formare de mici valuri asimetrice, care o ajută să se propulseze după 5-10 metri parcurşi astfel. Însă, la capătul a circa 10 minute de efort, dacă desprinderea a fost ratată, albina se îneacă.

Casanova cu sânge rece

Mirosurile plăcute, demne de măiestria celor mai rafinaţi parfumieri, joacă un rol esenţial (şi) în jocurile erotice ale unor animale. Şopârla de perete de pe



insulele din Marea Egee are numeroşi duşmani, ceea ce inhibă, la masculi, stratagema de atragere a perechii prin emanarea unor arome puternice. Transferate pe mici insule lipsite de prădători, micile creaturi cu sânge rece produc în voie note odorizante complexe, irezistibile pentru admiratoarele lor.

Oarecum asemănător, lemurianul maki, care trăieşte

în arborii pădurilor din Madagascar, atrage femelele cu emisiile de mirosuri cu note florale, pe care le produce prin frecarea lungii sale cozi de încheieturile membrelor superioare, unde se află glande odorizante.

Superspionii mărilor

Albatroşii par a fi cei mai „tari" în domeniu, un fel de James Bond sau Ethan Hunt, pentru care „misiunea imposibilă" este mereu aceeaşi, dar niciodată uşoară: pescuitul ilegal, pentru a cărui realizare trebuie înşelată vigilenţa dispozitivelor de supraveghere şi alarmare montate de oameni.

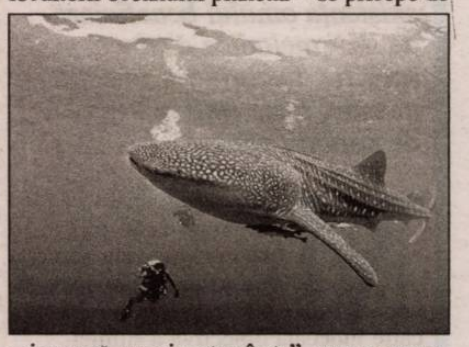
Proiectul ştiinţific Ocean Sentinel a implicat 169 albatroşi din zone de uscat

australe şi antarctice, echipaţi cu aparate de detectare a navelor care pescuiesc ilegal, după ce distrug balizele ce semnalează poziţia lor pe mare. Braconierii îşi lasă totuşi aprins radarul care ajută la evitarea coliziunilor, ceea ce îi trădează, atunci când albatroşii curioşi se apropie de ei.

Într-un interval de şase luni, „dronele cu pene" care survolează peste 47 de milioane de kilometri pătraţi de mare au depistat o treime din braconieri, performanţă greu de egalat de mult mai costisitorii spioni umani.

Un colos graţios

La peste 30 de tone şi 20 de metri lungime, balena-rechin – cel mai mare dintre locuitorii oceanului planetar – se pricepe de



minune să „nu-şi arate vârsta", cum se spune. Anii trăiţi se pot observa la aceşti coloşi în mod similar cu cercetarea inelelor de creştere din trunchiurile arborilor: straturile de cartilagiu depuse constant pe vertebre. Nu se ştia însă în ce interval se petrece un asemenea proces.

Elementul de care s-au ajutat cercetătorii pentru a elimina şi această barieră a fost contaminarea radioactivă a apelor în urma testelor nucleare din timpul Războiului Rece. Concluzia – un nou strat de cartilagiu se depune într-un an de creştere.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 de locuri de văzut în România

Turbăria Lăptici

Vorbind despre Bucegi, oricine se gândeşte la nişte munţi maiestuoşi, cu creste acoperite de zăpadă în cea mai mare parte a anului, cu pajişti înverzite şi păduri uriaşe de brazi. Şi totuşi aici, la o altitudine de aproape 1.500 m, există o mlaştină, o formă de relief poate neobişnuită pentru

peisajul montan, dar perfect încadrată în acesta.

Turbăria Lăptici, căci despre ea este vorba, a fost transformată în rezervaţie naturală de mai bine de cinci decenii şi se întinde pe o suprafaţă de 15 hectare. Inclusă în Parcul Natural Bucegi, turbăria este un obiectiv turistic uşor de parcurs de vizitatori, graţie celor peste 800 m de podeţe din lemn de brad desfăşuraţi de-a lungul şi de-a latul ei.

Turbăria Lăptici se află în comuna Moroieni, nu departe de graniţa cu judeţul Prahova şi destul de aproape de Lacul Bolboci, fiind considerată neobişnuită din cauza altitudinii la care se află. Pentru că zona este protejată, nu se poate campa (deci nu puteţi instala cortul şi nici să faceţi un grătar), iar accesul este permis doar pe podeţele special amenajate.

Zona adăposteşte o floră diversă, din care fac parte plante rare şi foarte rare, care par însă pitice astăzi faţă de rudele lor din Carbonifer – era geologică în care s-a format mlaştina (de pildă muşchii atingeau atunci înălţimi de peste 20 m!).

Mesteacănul şi pinul de pădure fac casă bună cu molidul, ienupărul, afinul şi merişorul. Ca plante mai deosebite enumerăm pipirigul, rogozul, trifoiul roşu şi în special salcia de turbă, Turbăria Lăptici fiind singurul loc din România unde acest copac creşte.

Grosimea stratului de turbă aflat sub stratul de muşchi şi ierburi ajunge la aproape un metru. În acest mediu aparte îşi găseşte adăpost şi tritonul carpatic, un amfibian rar, care vieţuieşte în Carpaţii Orientali şi Meridionali şi seamănă cu un mormoloc.

GABRIEL TUDOR

Sărbători creştine

Pogorârea Sfântului Duh

Sfârşitul acestei săptămâni este marcat de una dintre marile sărbători ale Bisericii noastre consfinţind înfiinţarea acesteia ca loc de închinare şi de propovăduire a Sfintei Evanghelii. În popor sărbătoarea este numită şi Cincizecimea sau Rusaliile şi are loc în a 50-a zi după Înviere.

Împreună cu sărbătoarea Paştelui este cea mai veche sărbătoare creştină şi este fixată la 10 zile după Înălţare.

Evenimentul prăznuit a avut loc de rusaliile evreieşti, o sărbătoare agricolă plină de bucurie, în care se ofereau ofrande din roadele pământului. Se ştie că, înainte de Înălţarea Sa la ceruri, Mântuitorul le-a spus Apostolilor şi ucenicilor săi să stea să aştepte în Ierusalim până când vor fi înveliţi într-o putere venită din ceruri.

Momentul ales de Dumnezeu în acest scop reprezintă consacrarea solemnă a Bisericii întemeiate de Hristos. În ziua aceea la Ierusalim se aflau o mulţime de oameni care se bucurau de sărbătoare. Apostolii împreună cu alţi ucenici ai lui Hristos se aflau într-un foişor la rugăciune. Cam pe la ceasul al treilea din zi s-a auzit un tunet puternic iar Sfântul Duh s-a văzut sub forma unor limbi de foc învăluindu-i atât pe cei 12 Apostoli cât şi pe cei 70 de ucenici. Fiecare dintre ei a început să vorbească în limbi străine, cunoscând graiurile tuturor neamurilor.

Coborând în mijlocul mulţimii au fost consideraţi la început beţi dar apoi, oamenii care cunoşteau limbile respective au arătat că vorbeau cu adevărat într-o limbă necunoscută de ei până atunci. Dintre Apostoli s-a ridicat Petru care a vorbit oamenilor şi 300 de suflete au primit

botezul pe loc creând o unitate spirituală nouă. Prin revărsarea Sfântului Duh asupra lor, Apostolii au primit daruri pentru alungarea durerilor şi neputinţelor şi au fost trimişi în călătorii misionare în toate colţurile lumii pentru propovăduirea Sfintei Evanghelii. Evenimentul este descris în amănunţime în capitolul al doilea din Faptele Apostolilor.

Anul acesta Pogorârea Sfântului Duh este prăznuită în ziua de duminică, 20 iunie. Cea de a doua zi este Sărbătoarea Sfintei Treimi, iar prima duminică de după aceasta este „Sărbătoarea Tuturor Sfinţilor".

În ziua de Rusalii, bisericile sunt împodobite cu flori şi frunze verzi şi sunt purtate veşminte, de asemenea verzi, simbolizând faptul că respiraţia divină a lui Dumnezeu înnoieşte creaţia. În multe biserici se oferă credincioşilor la sfârşitul slujbei, frunze de nuc în amintirea limbilor de foc pogorâte din Ceruri.

În ţara noastră numele de „Rusalii" dat acestei mari sărbători este preluat de la sărbătoarea romană consacrată cultului morţilor şi anume sărbătoarea trandafirilor. Ziua dinaintea acestei sărbători este una de pomenire generală a morţilor. Cu acest prilej se împart oale şi farfurii împodobite cu flori şi având pus un colac deasupra. Momentul este cunoscut sub denumirea de „Moşii de vară".

Multe biserici au ca hram această sărbătoare, marcându-se astfel întemeierea bisericii creştine.

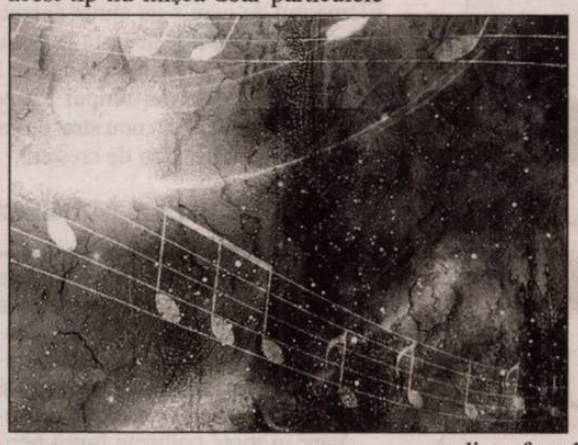
IRINA STOICA

MUZICA
o „superputere” a artelor

Muzica s-a născut odată cu omul. Nu întâmplător, ritualurile religioase de toate nuanţele sunt însoţite dintotdeauna de armonii mai mult sau mai puţin diferite între ele, principalele evenimente ce marchează existenţa omului beneficiază de linii melodice distincte şi specific, bucuriile şi tristeţile noastre, toate sunt marcate de armonii sonore.

Magia şi sărbătoarea perpetuă care întruchipează muzica sunt însă analizate inclusiv prin filtrarea lor de către judecata obiectivă a ştiinţei.

Astfel, în urma unor cercetări complementare s-a conturat clar ideea că emisiile sonore numite muzică au o forţă infinit mai mare decât aceea de a ne mângâia auzul şi sufletul. Altfel spus, armoniile de acest tip nu mişcă doar particulele



aerului din jurul nostru, ci înglobează o dinamică reală, acţionează efectiv cu o putere aparte.

Facem parte din cei 30% de pasageri ai curselor aviatice care nu se simt bine atunci când se află în aer? Becky Spelma, psiholog specialist în anxietate la Private Therapy Clinic din Londra, ne sugerează să ascultăm o muzică lentă, dominată de ritmuri apropiate de cel al bătăilor inimii.

În acelaşi timp, respiraţia pe diapazonul melodiei permite încetinirea ritmului cardiac, diminuarea presiunii arteriale şi deci buna gestionare a anxietăţii. Potrivit psihologului, cântecul cel mai liniştitor ar fi *Someone Like You* al interpretei Adele, datorită tempoului său de 67 de pulsaţii pe minut şi armonicelor sale.

În aceeaşi linie se înscriu şi cercetări în domeniul muzicii efectuate de specialişti în ştiinţe aparent fără legătură cu aceasta. Astfel – cuvinte pozitive, un tempo de 150 de măsuri pe minut, o serie de note în mod major sunt elementele ecuaţiei matematice dezvoltate de Jacob Jolij, cercetător în neuroştiinţe la Universitatea Groningen din Ţările de Jos, în ideea identificării cântecelor care ne fac fericiţi. El a plasat pe primul loc piesa *Don't Stop Me Now* a trupei Queen.

„Utilizarea gamei majore sună într-o manieră veselă pentru auzul nostru, este ceva ce asociem cu încrederea”, afirmă Jolij, recomandând piese ca *Dancing Queen* (ABBA), *Good Vibration* (Beach Boys) sau *Uptown* (Billie Joel). Dar, în cazurile în care moralul este foarte scăzut, cercetătorii au constatat că melodiile triste sunt cele care ajută la revenirea spre normal.

O altă calitate a muzicii se referă la activitatea noastră profesională, la performanţele ori slabul randament de la serviciu. Teresa Lesiuk de la Universitatea Windsor (Canada) a studiat efectele asupra dezvoltatorilor informatici. Concluzia – când lucrăm având un fond muzical plăcut, ne achităm mai repede de sarcinile profesionale şi emitem idei mai bune.

Piesele recomandate sunt cele care ne plac (aşadar, apare un fel de personalizare a fondului muzical), întrucât ele determină o mărire a producţiei de hormoni, dintre care dopamina este implicată în plăcere şi în acţiune. Experţii recomandă o muzică neutră, instrumentală, precum

şi evitarea pieselor prea energice, care pot deveni obositoare pe termen mai lung. Muzica poate da şi sentimente de putere şi de încredere în sine – elemente extrem de importante în lumea contemporană. În cadrul unui experiment în acest sens, 86% din subiecţi au declarat asemenea senzaţii aflându-se într-o ambianţă cu piese puternice, ca *We Will Rock You* (Queen), faţă de 59% într-un cadru muzical mai puţin energic.

Elementul decisiv este prezenţa mai multor frecvenţe joase, care nu fac doar... să vibreze pereţii, ci au o rezonanţă evidentă în întregul nostru corp, cu preponderenţă în zona pieptului. De altfel, başii nu au apărut odată cu muzica pop, ci ritmau deja muzica baroc de acum 300 de ani, ca în faimosul *Canon* al lui Pachelbel.

Nu în ultimul rând, în sălile de fitness, pe aleile parcurilor, rareori cei care îşi fortifică organismul aleargă fără căşti din care se revarsă tonalităţi melodice dintre cele mai diverse. Dintr-un sondaj realizat în acest sens, rezultă că aproape două treimi din sportivii ocazionali consideră că muzica îi ajută să alerge mai repede şi mai mult timp.

Pe lista lor de preferinţe se află *Run the World* (Beyoncé) şi *Chandelier* (Sia). Despre acest lucru, cercetătorii afirmă că muzica poate îmbunătăţi performanţele sportive cu circa 15% şi, contrar ideilor preconcepute, ritmul contează foarte puţin.

Pentru că tempoul ridicat ne motivează pentru un dinamism înalt, dar muzica determină şi reducerea oboselii şi măreşte toleranţa la efort. Aşadar, pe bună dreptate putem afirma că, odată cu îndeplinirea atributelor sale de artă, muzica este o adevărată superputere.

La iarbă verde

În 1863, pictorul Édouard Manet şoca bunul simţ burghez cu tabloul său „Dejun pe iarbă”, fiindcă sfida, în mod agresiv pe alocuri, tradiţia mitizată a reprezentărilor de acest fel. Totuşi, de prin veacul al XVI-lea, artiştii au prezentat în lucrări cunoscute această plăcere (oarecum) domestică a omului, de a evada din cercul casnic şi profesional, de regulă la sfârşit de săptămână, pentru a degusta nu doar libertatea iluzorie prin întinderea bucatelor pe o cuvertură aşternută pe iarbă, ci pentru a le devora de-a binelea, într-un cadru simbolizând o întoarcere către Paradisul iremediabil pierdut. Claude Monet, Picasso, Tissot, dar şi Raimondi ori chiar Titian s-au apropiat cu atenţie de acest subiect cu nuanţe ancestrale.

Azi, îi spunem picnic, dacă nu vorbim sugestiv despre o ieşire la iarbă verde, la un grătar şi o bere! Satisfacerea instinctului hrănirii trupului, într-o promiscuitate vecină cu un gen de exhibiţionism casnic, reprezintă însă reflexia – palidă, ce-i drept – acelei nevoi dintotdeauna a omului, a ţăranului, dacă vreţi, de a mânca în exteriorul locuinţei.

În secolul I î.Hr., poetul Virgiliu evoca în „Bucolicele” acele dejunuri ale păstorilor, „la ora când turma însăşi caută umbra şi răcoarea” sau când paşte într-o linişte de dincolo de timp.

În perioada Renaşterii, elitele franţuze organizau mese campestre, după o modă venită din Italia, astfel că „întregul Paris” se regăsea în grădina Tuileries pentru gustarea matinală; un fel de socializare... la botul calului. Faimosul rege Ludovic al XIV-lea nu uita niciodată, când călătorea, să ceară a fi însoţit de o generoasă încărcătură de carne, patiserie şi fructe, pe lângă

curtenii cu sânge mai mult sau mai puţin albastru. Şi, se spune, nu pentru el, fiindcă regele nu mânca nici măcar fructe între mesele principale. Se amuza însă privindu-i pe cei din suită cum înfulecau până la saturaţie merindele nobiliare. Şi vai de cel căruia îi lipsea apetitul, fiindcă suveranul îl lua imediat în colimator!

Ceva mai târziu, în epoca Luminilor, se celebra întoarcerea la valorile rurale în moduri ce azi ne-ar părea ridicole şi pline de acel snobism specific incultului cocoţat în limuzină. Este epoca în care Maria-Antoaneta a pus să se construiască la Versailles „cătunul reginei”, o fermă adevărată, unde sus-numita asista la mulsul vacilor, îmbrăcată în ciobăniţă şi ţinând în mână un „ciubăr”.

Idealizarea vieţii ţărăneşti prin adoptarea obiceiului de a lua dejunul în aer liber este însă etichetată cel mai bine prin însuşi numele acestei activităţi gastronomico-gospodăreşti: picnic. Termenul de origine este „pique-nique”, în franceză, ceea ce se traduce astfel: „piquer” = a ciuguli; „nique” = lucru de mică valoare. De ţinut minte!

Evantaiul: accesoriu feminin, cod secret, armă

Conceput pentru a genera curentul de aer atât de râvnit în zilele caniculare, dar şi pentru a înviora jarul din şemineu, evantaiul a primit şi alte „sarcini” de-a lungul istoriei. O istorie ce se întinde pe vreo cinci milenii!

Foarte probabil, el a avut drept model frunzele late, cu ajutorul cărora oricând se poate produce adierea plăcută, iar forma sa a fost iniţial una rigidă, cu contur cel mai frecvent semicircular. Cu timpul însă a devenit şi un vector de mesaje publicitare, de propagandă politică, accesoriu de modă, de dans, de teatru...

În Europa, evantaiul era produs preponderent în Anglia, Franţa, Ţările de Jos, Italia, uneori şi în spaţiul germanic, ţări unde era un obiect aristocratic şi artistic, pe feţele sale fiind reproduse scene de obicei mitologice şi biblice.

Pe de altă parte, a devenit un aliat fidel al relaţiilor amoroase, graţie „limbajului” său mut. Amanţii descifrau mesajele secrete transmise de doamnele de care erau îndrăgostiţi, cunoscând un anume cod nonverbal.

La sfârşitul secolului al XVIII-lea, s-a ajuns chiar la publicarea de manuale cu ajutorul cărora femeile învăţau limbajul evantaiului. Cartea lui Charles Francis Bodini, publicată în 1797 sub titlul „Telegraful lui Cupidon”, stabilea un veritabil alfabet în domeniu.

Agitarea rapidă în dreptul feţei a evantaiului deschis înseamnă o declaraţie de dragoste pasională faţă de interlocutor. Închiderea lentă a evantaiului, privind insistent faţa interlocutorului, înseamnă un acord tacit: „Da!”. În schimb, închiderea rapidă a acestuia, cu aceeaşi privire, se traduce printr-un „Nu!” categoric. Unele doamne/domnişoare topite de fiorii iubirii îşi lăsau acest accesoriu să cadă în faţa lor, ca o formă de supunere,

de dăruire totală: „Îţi aparţin!” Acoperirea feţei cu evantaiul deschis spune „Urmează-mă imediat ce plec!”, însă apăsarea buzelor pe evantai ori pe desenele lui transmitea contrariul: „Nu am încredere în tine!” Dacă evantaiul era lăsat să se odihnească pe faţă sau pe piept, domnul înţelegea mesajul: „Dragostea mea pentru tine mă face să sufăr!”

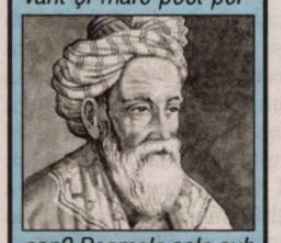
Dincolo de simboluri ale seducţiei, evantaiele erau folosite şi ca arme, dar asta se întâmpla în artele marţiale chineze.

În Japonia Evului Mediu, *shogunul* – liderul militar – purta un gunsen („evantai de război”). Acesta avea montura de oţel şi servea la alinierea şi direcţionarea mişcării trupelor, însă odată închis devenea gardă de protecţie într-o luptă cu sabia. Exista şi o formă ceva mai „europenizată”, rezervată însă mai degrabă femeilor.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

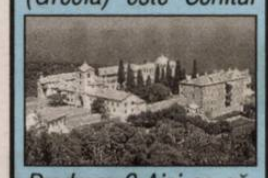
Ştiaţi că...

◆ ...Omar Khayyam (aproximativ 1050-1123) a fost un savant şi mare poet persan? Poemele sale sub formă de catrene se numeau Rubaiyate.



◆ ...astronomii babilonieni au fost primii care au descoperit repetarea eclipselor de Soare şi de Lună.

◆ ...cel mai mare aşezământ românesc de la Muntele Athos (Grecia) este Schitul Prodromu? Aici se găseşte „Prodromiţa", icoana făcătoare de minuni a Maicii Domnului.



◆ ...cea mai veche hartă geologică din lume a fost întocmită în jurul anului 1150 î.Hr. în timpul domniei lui Ramses al XII-lea? Pe sulul de papirus erau notate cu roz, maro sau alb minele, carierele, zăcămintele de aur şi argint.

◆ ...în prima sa călătorie în care a pornit la 3 august 1492, Cristofor Columb avea trei corăbii? Acestea se numeau Santa Maria, Niña (Copila) şi Pinta (cea vopsită).

◆ ...în legendele romane, vulcanul Etna era socotit hornul atelierului zeului Vulcan? Era zeul focului şi prelucrării metalelor.

◆ ...pasărea liră este singura care zboară şi înapoi, respectiv marche-arrière?

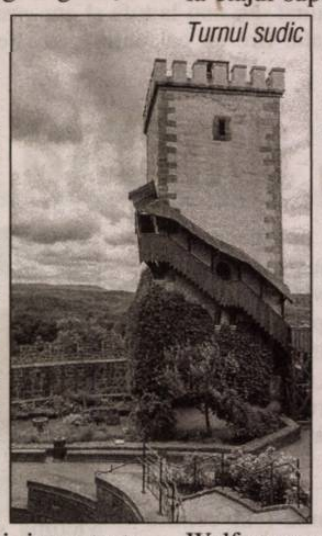
Ştiaţi că...

Înălţat în vârful unei coline de 441 de metri, în apropierea oraşului Eisenach din Turingia, Castelul Wartburg este unul dintre cele mai semnificative şi mai strălucite monumente istorice ale Germaniei şi centru cultural al ţării în Evul Mediu.

Castelul Wartburg

Celebru cândva pentru „Bătăliile Barzilor", respectiv concursurile de cântăreţi de balade, evenimente care i-au inspirat lui Richard Wagner opera Tanhäuser, face parte din 1999 din Patrimoniul Mondial UNESCO, fiind primul castel german inclus pe această listă.

Fundaţia castelului a fost pusă în 1067 de contele turingian Ludwig der Springer pentru ca, împreună cu un castel mai mare din apropiere, Neuenburg, să asigure graniţele istorice împotriva invaziilor duşmane.



Turnul sudic

În documente apare încă din 1080. Ludwig der Springer înţelesese că fortăreaţa sa era în acelaşi timp un punct ideal de pornire pentru colonizarea teritoriilor din jur. Se spune chiar că pe dealul pe care o ridicase, transportase ţărână de pe propria moşie, ca să poată jura că aceasta se află pe „pământul" său.

Castelul devenea un centru puternic, una dintre cele mai importante curţi ale prinţilor din Reich-ul german.

În 1131, Ludwig al III-lea a simţit nevoia să-şi exprime puterea prin crearea unei construcţii impresionante şi a ridicat pe locul vechii fortăreţe un palat în stil romanic, pe trei niveluri.

Considerat o capodoperă arhitectonică tradiţională, adăposteşte la etajul superior o sală uriaşă de banchet, în care încăpeau câteva sute de oameni. Se crede că în această sală s-a ţinut, în jurul anului 1206, primul concurs al cântăreţilor de balade. Concursul fusese lansat în timpul domniei lui Landgrane Hermann I, care din 1190 devenise un adevărat Mecena pentru artiştii timpului, vrând să facă din curtea sa centrul cultural al epocii. Aici au locuit şi au scris celebrii poeţi ai timpului, Wolfram von Eisenbach şi Walter von Vogelweide, cunoscuţi şi apreciaţi în întreaga lume medievală.

În castel a locuit, din 1221 până în 1228, Elisabeta de Turingia după ce soţul ei, Ludovic de Turingia, căzuse în luptă. Ea s-a dedicat unor importante opere de binefacere şi a murit în 1231, la vârsta de 24 de ani, fiind canonizată de Biserica Catolică.

Camera lui Luther

Castelul a devenit renumit mai ales pentru că la 4 mai 1521 aici s-a refugiat celebrul reformator religios Martin Luther, după ce fusese declarat proscris de Dieta de la Wormes. A rămas aici mai multe luni, până în 1522, sub numele de Junker Jorg, timp în care a scris pamflete şi cărţi despre Reformă şi a tradus Noul Testament din limba greacă în germană, astfel încât să fie înţeles de întregul popor. Pictorul Lucas Cranach cel Bătrân i-a făcut portretul în această ipostază, intitulându-l „Portretul lui Martin Luther ca Junker Jorg". Tabloul se află astăzi expus în Palatul Wartburg.

De-a lungul vremii, în special în timpul „Războiului de 30 de Ani", castelul a ajuns într-o fază de înaintată degradare. Totuşi, la 18 şi 19 octombrie 1817 au venit aici o mulţime de studenţi pentru a sărbători 300 de ani de la Reformă şi patru ani de la Bătălia Naţiunilor, respectiv victoria de la Leipzig împotriva lui Napoleon.

Ei au militat pentru unificarea Germaniei şi, la îndemnul marelui Goethe, Ducele de Weimars a hotărât să restaureze castelul ca un simbol al istoriei germane. Lucrările au început mai târziu, în 1838, sub domnia lui Carl Alexander.

Vechii fortăreţe i s-a adăugat un donjon al turnului porţii, dar s-au păstrat curţile interioare, şanţul de apărare şi drumul care urcă spre castel.

În ceea ce priveşte interioarele s-au păstrat de asemenea, sala de banchete şi mai ales camera lui Luther. Pot fi admirate minunate tapiserii şi tablourile lui Lucas Cranach, dar, din nefericire, cele mai multe dintre ornamente nu sunt originale, ci de factură recentă, ultima restaurare având loc în 1950.

Sala de banchete

Monument emblematic

Monument arhitectonic emblematic al municipiului Oradea, Palatul Vulturul Negru a fost construit între 1907-1908 de arhitecţii Marcell Komor şi Dezsö Jakab în stil secession.

În locul respectiv se aflase palatul Arborele Verde cu o sală care găzduia manifestări culturale şi politice.

Clădirea actuală este de colţ, cu parter înalt şi patru etaje şi a fost dotată cu cea mai mare sală din oraş slujind drept sală de cinematograf, sală de spectacole, sală de concert. Palatul, dotat cu un pasaj interior, acoperit cu sticlă, are forma literei y şi trei intrări dominate de câte un vultur. Pe faţada principală se pot admira ornamentele secession şi turnul cu ceas.

Simboluri ale umanităţii

Arachne

Ţesătoare vestită din mitologia greacă, fiica boiangiului lydian Idmon, Arachne este simbolul creatorului autentic înfruntând invidia artizanului inferior.

O sfidează pe zeiţa Atena, şi ea priceputâ în ale ţesutului, venită pe Pământ să-i vadă pânzele şi o provoacă la o întrecere.

Zeiţa ţese imaginile celor 12 zei olimpieni şi ale pedepselor pe care aceştia le dau oamenilor necredincioşi. Tânăra ţese pânza cu imagini terestre paşnice dar pline de aluzii la vieţile scandaloase ale zeilor, dragostea lor cu muritoarele, metamorfozele acestora. Înfuriată şi profund jignită, Atena îi sfâşie pânzele iar Arachne se spânzură. Totuşi, Atena nu o lasă să moară ci o transformă în păianjen pentru a-şi ţese pânza etern.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

Un leopard fugar

Doi locuitori din Hangzhou (China) au comunicat autorităților că au văzut un leopard în libertate în împrejurimi. S-a presupus că a scăpat de la grădina zoologică din apropiere și au demarat imediat cercetările. Angajații grădinii au recunoscut că, în urmă cu câteva luni fugiseră de la ei trei feline dar nu informaseră publicul pentru a nu crea panică.

Poliția veterinară a pornit imediat în căutarea celor trei. Pe două animale mai tinere

le-au prins ușor cu ajutorul câinilor, fără să le rănească. Leopardul care fusese văzut de cei doi locuitori nu era însă de găsit. Apărea mereu ici și colo dar la fel de rapid dispărea. Nu provocase niciun rău nimănui, însă era un posibil pericol.

În cele din urmă felina a făcut o adevărată pasiune pentru o cățelușă din curtea unui locuitor. O vizita, dispărea, se juca cu ea, iar cățelușa părea să răspundă „sentimentelor" lui.

Într-o dimineață a fost găsit culcat, ținând cățelușa în brațe. A putut fi ușor tranchilizat și readus în grădina zoologică. Se pare însă că felina tânjește după micuța prietenă, iar stăpânii acesteia o aduc săptămânal „în vizită". *(I.S.)*

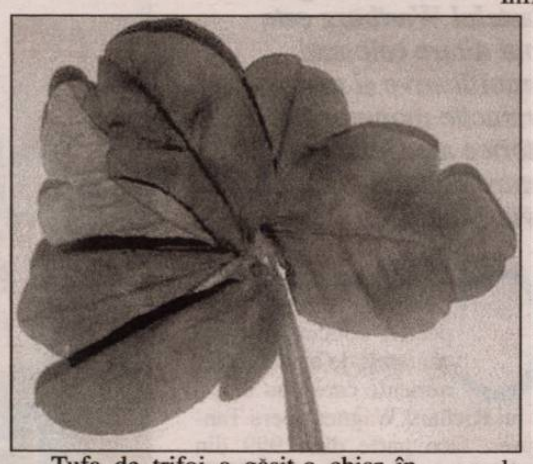
Supertrifoiul norocos

Binecunoscutul trifoi cu patru foi, apariție rarisimă în natură, a fost transformat de om într-un simbol al norocului tocmai datorită acestei însușiri. Nu întâmplător, o puternică instituție a statului nostru, care promovează exclusiv câștigurile materiale favorizate de noroc, și-a ales drept imagine simbolică trifoiul cu patru foi, confiscând cumva această frumoasă imagine a unei infime părți a naturii.

Numai că – în pofida denumirii sale, carevasăzică „trei frunze" – exemplarele cu adevărat foarte rare ale acestei plante numără și mai multe frunzulițe rânduite frumos pe o singură tulpină.

Rémi Beauchamp, un locuitor din Montenescourt (Pas-de-Calais, Franța), a făcut o descoperire botanică de senzație, care chiar i-ar putea aduce noroc toată viața: un trifoi cu șapte foi!

În fine, acest semn al câștigului nu i-a adus niciun bănuț în cont, după ce a jucat la Loto, dar asta nici nu mai contează.



Tufa de trifoi a găsit-o chiar în grădina sa, într-o dimineață însorită, pe când lenevea la soare, întins pe iarbă. La un moment dat privirea care rătăcea printre firele verzi, a căzut pe un trifoi cu patru foi. „L-am cules, cu intenția de a i-l dărui soției mele, a declarat Rémi Beauchamp. Apoi m-am uitat din nou la tufă și am găsit multe alte fire cu cel puțin patru foi. Erau peste cincisprezece. Iar în recolta cu totul specială, un exemplar depășea orice închipuire, având nu mai puțin de șapte foi."

Înfierbântat de incredibila descoperire, bărbatul, șofer de profesie, a căutat pe Internet alte cazuri, similare. Unul singur era semnalat, în Anglia, un trifoi cu același număr de frunze. Cum spuneam, considerând că acesta este un semn de noroc, omul a dat fuga la loterie și a cumpărat mai multe lozuri. Eșec total, astfel că altă idee de câștig i-a încolțit în minte: a pus trifoiul său în vânzare pe Ebay și Market, solicitând nu mai puțin de cinci milioane de euro! Evident, tot zero câștig, în timp ce soția sa prefera să păstreze firul verde, cu gândul la „prosperitate pe viață".

În fapt, în viața soților Beauchamp nu a intervenit nicio schimbare spectaculoasă în plan material. Atâta doar, că descoperirea de senzație i-a făcut celebri pe mapamond, deși fără să aibă vreo realizare aparte. Totuși, Rémi încă așteaptă clipa când va da „marea lovitură". *(A.N.P.)*

Soțul mort, amanta despăgubită!

Relațiile interumane pot îmbrăca nenumărate înfățișări, în funcție de individualitatea fiecărei persoane implicate, însă principiile generale de funcționare a lor sunt de obicei cunoscute. Sau ar trebui să fie, deci să existe ceea ce se cheamă predictibilitatea evenimentelor, în primul rând când un eveniment important atrage anumite efecte și consecințe pentru actanți.

Mai concret, dacă într-un așa-numit triunghi conjugal – formă... non-geometrică destul de răspândită, de altfel – intervine un incident oarecare, prevederile legii pun în ordine totul. În principiu, mă rog, fiindcă în cazul de mai jos ordinea (re)stabilită e de fapt cu susu-n jos.

Drama s-a petrecut în Italia, avându-l în centrul atenției pe un bărbat de 39 de ani din Torino, unde locuia împreună cu soția și cu copilul lor mic. Aceasta era de fapt situația oficială.

În realitate, omul avea și o relație extraconjugală, pe care nu și-o ascundea, cu altă femeie. Iar dacă viețile protagoniștilor se derulau într-o complicitate silențioasă, fragilul echilibru pervers s-a dărâmat odată cu moartea bărbatului, într-un accident rutier, anul trecut.

După constatarea decesului, polițiștii au căutat pe cineva care să identifice

victima și prima persoană vizată a fost, firesc, soția. Cum însă aceasta era plecată într-o călătorie în interes profesional, „planul B" a implicat-o pe amanta bărbatului, care a acceptat să identifice oficial cadavrul.

Procedura odată încheiată, femeia a mers însă mai departe, profitând de postura insolită în care se trezise pe neașteptate, astfel că a pretins anumite drepturi, invocând legătura ce o unea cu defunctul și ceea ce ea a numit proiectele comune de viitor. „Era legată de acest bărbat prin speranța unei vieți comune. Era o intensitate reală a sentimentelor, ei trăiau împreună", a declarat – ați înțeles, desigur – avocatul femeii. „Trei zile pe săptămână trăia cu mine și patru cu familia", a adăugat amanta.

O (a)normalitate de înțeles, dar mai greu de explicat este motivul pentru care soția a acceptat ca despăgubirile plătite pentru asigurarea de viață a bărbatului să le împartă cu cealaltă „latură" a triunghiului. De fapt, poate că nici nu e ceva de explicat și de înțeles... *(A.N.P.)*

N-avem pistă, dar zburăm

Lipsa infrastructurii în toate tipurile de transporturi se pare că e o poveste lungă și generalizată. Despre șosele și autostrăzi, nu discutăm (nu e bine să vorbești de funie în casa spânzuratului), însă când vine vorba despre pistele aeroporturilor, problemele ar trebui să devină incomparabil mai serioase. Se poate zbura și fără?

În principiu, nu, mai ales când vehiculele aeriene sunt dintre cele cu gabarit mare. În realitate însă, chiar se poate. A dovedit-o fără niciun fel de echivoc un avion cargo etiopian, care a aterizat dintr-o eroare pe un aeroport din nordul Zambiei... aflat în construcție.

Viitorul aeroport internațional din Copperbelt se află la 15 kilometri de Aeroportul internațional Simon Mwansa Kapwepwe, care deservește zona. În momentul efectuării manevrelor de aterizare, pilotul se afla în comunicare cu controlorii aerieni. „Nu te vedem", i-au transmis aceștia pilotului.

Prin urmare, aterizarea s-a efectuat folosindu-se pur și simplu simțurile și reflexele umane, la sol neexistând ghidaj. Din fericire, nu s-au produs stricăciuni de niciun fel, iar pilotul a putut ridica din nou avionul, zburând apoi până la destinația corectă.

Am putea adăuga amănuntul că aeroportul din Copperbelt, construit de o companie din China, ar fi trebuit să fie dat în folosință la mijlocul anului trecut, dar termenul a fost amânat pentru o dată neprecizată. *(A.N.P.)*

Retrorunning – o cursă nebună, nebună...

Probabil sătui să tot alerge ca orice creatură dotată cu picioare, adică în direcția numită „înainte", unii semeni au inventat deplasarea înapoi și chiar alergatul ca racul, cum ar veni. Ba, mai mult, a luat naștere astfel și o competiție, botezată (în engleză, of course!) – retrorunning.

Un performer de necontestat în acest domeniu insolit este cubanezul Wilfredo Diaz, care a descoperit mersul de-a-ndăratelea acum 32 de ani, într-o revistă rusească. Și, pas cu pas – dacă se (mai) poate spune astfel – a ajuns să se deplaseze (înainte, totuși) la diverse concursuri de pe mapamond.

Cea mai nouă ispravă a sa a fost înregistrată în Italia, în cadrul unui semi-maraton desfășurat pe un traseu ce include și un tronson de munte! „Mă simt foarte bine, am reușit să pornesc la drum întreaga mașinărie", a declarat cu ceva umor inversalergătorul de 46 de ani.

Dolomiti Extreme Trail s-a desfășurat la Forno di Zoldo în Italia, fiind de altfel un semi-maraton normal. Asta, până observăm că Wilfredo a ales să modifice unilateral o regulă a întrecerii, pe care de altfel nimeni nu s-a gândit vreodată să o consolideze în mod special: el a fost singurul care a ales să alerge înapoi.

În fond, nici nu pare pentru el ceva deosebit, dacă ne referim la cele mai importante performanțe ale sale de până acum, realizate la campionatele mondiale: o medalie de aur la 4x400 m, trei de argint și una de bronz. Așadar, s-ar putea spune că poți ajunge departe și dacă mergi înapoi! *(A.N.P.)*

Cele mai bune monologuri din filme

În istoria cinematografiei au existat filme care au reuşit să cucerească publicul şi critica de specialitate printr-un singur monolog, rostit de personajele lor.

Fie că e vorba de personaje istorice sau fictive, discursurile lor au făcut diferenţa, devenind momente definitorii ale acţiunii şi rămânând pentru totdeauna în memoria cinefililor, ca nişte citate inspiraţionale de excepţie.

Mel Gibson în „Inimă neînfricată"

Chiar dacă accentul lui Gibson ca William Wallace, legendarul personaj din istoria Scoţiei, l-ar putea cel mult amuza pe un scoţian get-beget, nimeni nu poate rămâne insensibil la discursul lui dinaintea bătăliei de la Sterling.

Un discurs mobilizator şi însufleţitor, menit să aducă speranţa şi curajul în inimile rebelilor, cu totul depăşiţi numeric de armata engleză cotropitoare: „Fugiţi şi veţi trăi. Cel puţin pentru o vreme. Şi când veţi muri în paturile voastre, după mulţi ani, veţi vrea să fi dat toate zilele, de azi şi până atunci, pentru o şansă – o singură şansă – de a vă întoarce aici şi a le spune duşmanilor că ne pot lua vieţile... dar nu ne vor lua niciodată libertatea!" Nu ştim dacă adevăratul Braveheart a ţinut un asemenea discurs, dar scoţienii au luptat cu atâta curaj încât aşa se pare!

Samuel L. Jackson în „Pulp Fiction"

Momentul în care Samuel L. Jackson s-a transformat dintr-un actor modest într-o stea a cinematografiei americane începe cu un citat din Biblie: „Calea omului drept

este peste tot, între nelegiuirile celui fărnic şi tirania celui rău. Binecuvântat este cel care în numele milei şi al bunătăţii păstoreşte pe cei slabi prin Valea Întunericului. El este adevăratul păzitor al fratelui său şi descoperitorul copiilor pierduţi. Iar eu voi veni să pedepsesc cu mare răzbunare şi furie pe cei care caută să otrăvească şi să-mi distrugă fraţii. Îmi vei şti numele când răzbunarea mea va cădea asupra ta."

Vorbele aparţin personajului Jules Winnfield, un asasin plătit, care le rosteşte de fiecare dată înainte să ucidă inamicii şefilor săi, considerându-se un fel de mesager al destinului. Doar că o întâmplare în urma căreia scapă cu viaţă dintr-o ambuscadă şi pe care el o consideră miraculoasă îl determină să renunţe la crime şi să devină un alt om.

Jack Nicholson în „Oameni de onoare"

Aaron Sorkin este cunoscut mai ales graţie scenariului de la „Reţeau socială", dar debutul lui în lumea mare a cinematografiei s-a produs cu mult înainte, în „Oameni de onoare". Succesul acestui film a depins, spun cunoscătorii, de monologul final, rostit în faţa tribunalului de personajul jucat de Jack Nicholson.

Militar de carieră, arogant şi disprepuitor, colonelul Nathan R. Jessup îşi explică fără tăgadă convingerile: „Nu am nici timp şi nici chef să-mi explic acţiunile unui om care doarme sub pătura libertăţii pe care eu, ca miliar, i-o asigur, dar

care pe urmă mă trage la răspundere pentru felul cum i-o asigur". Furia cu care Nicholson rosteşte replica definitorie „Nu poţi stăpâni adevărul", către personajul interpretat de Tom Cruise este egalată doar de fulgerele din ochii săi, în această scenă colosal jucată – de altfel Nicholson a fost nominalizat la Oscar pentru acest rol.

Al Pacino în „Duminică, pierzi sau câştigi"

Dar poate cel mai bun discurs motivaţional întâlnit vreodată într-un film este cel rostit de Al Pacino, care joacă rolul unui antrenor de fotbal american, înaintea unui meci decisiv.

Vă lăsăm să apreciaţi singuri dacă într-adevăr este aşa, reproducând aici mo-

nologul său: „Nu ştiu ce să vă spun, mai sunt trei minute până la cea mai mare luptă din cariera noastră. Totul depinde de ziua de astăzi. Fie ne vindecăm împreună, ca o echipă, fie ne prăbuşim. Metru cu metru, joc cu joc până la final. Acum suntem în iad, domnilor, credeţi-mă. Putem să rămânem aici, să fim făcuţi praf, sau putem să luptăm, să ajungem la lumină, să ieşim din iad, metru cu metru. (...) Metrii de care avem nevoie sunt peste tot în jurul nostru, în fiecare minut, secundă din meci. Ştiu că, dacă mai vreau să trăiesc trebuie să lupt şi să mor pentru fiecare metru. Fiindcă asta înseamnă să trăieşti! Nu pot să vă oblig, uitaţi-vă la cel de lângă voi, în ochii lui. Veţi vedea un om care e dispus să lupte alături de voi. (...) Asta înseamnă o echipă, domnilor. Dacă nu ne vindecăm acum ca echipă, vom muri ca nişte indivizi oarecare... asta e fotbalul băieţi, asta e tot. Ce o să faceţi?"

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

Nicu Alifantis

Născut pe 31 mai 1954 la Brăila, într-o familie cu rădăcini greceşti, româneşti şi aromâne, Nicu Alifantis a fost pasionat de muzică încă de mic, primul instrument la care a învăţat să cânte fiind acordeonul. A debutat la televiziune în 1973, în cadrul popularei emisiuni TeleTop, pentru ca în 1976 să îi apară primul disc, intitulat „Cântec de noapte".

Consacrarea lui ca artist polivalent şi cantautor de geniu a venit odată cu cooptarea în Cenaclul Flacăra, alături de care a participat la numeroase turnee prin ţară. Este autorul primei opere pop româneşti, „După melci", inspirată din versurile poetului Ion Barbu

În 1984 apare albumul intitulat „Nicu Alifantis", pe care se regăsesc hituri nemuritoare, ca „Umbra", „Emoţie de toamnă" şi alte cântece pe versuri de Nichita Stănescu, Lucian Blaga sau Adrian Păunescu. În 1984 a compus coloana sonoră a musicalului „Mitică Popescu", care va deveni un mare succes. Acesta va fi urmat de poate cel mai cunoscut album al lui Alifantis, „Piaţa Romană nr. 9", la care a colaborat un alt cantautor talentat, Alexandru Andrieş.

În 1995 fondează grupul ZAN, ca trupă de studio pentru albumul său „Voiaj". Tot alături de ZAN va înregistra albumul „Nichita", în 1996, urmat în 1999 de „Nicu Alifantis 25". Vor urma albumele „Neuitatele femei" (2002), „Şah-Mat" (2004) şi „Simphonicu", un dublu album înregistrat alături de cor şi grup cameral. De-a lungul timpului, Alifantis a cântat în peste 5.000 de concerte.

Nicu Alifantis rămâne unul din cei mai prolifici compozitori de muzică de teatru din lume, compunând coloană sonoră pentru peste o sută de piese. De asemenea, a jucat mici roluri legate de muzică (acordeonistul din „Furtuna" lui Ostrovski, trubadurul din „Swanewit" de Strindberg) şi a realizat coloana sonoră la 17 filme, printre care „Ringul", în regia lui Sergiu Nicolaescu.

Colţul cu litere

Un roman ambiţios şi prietenos

Recent, la editura Humanitas Fiction, în colecţia Raftul Denisei, a apărut romanul lui Nick Bradley, *Pisica şi oraşul,* în traducerea Magdalenei Ciubăncan.

Titlul romanului m-a dus cu gândul la romanul *Oraşul şi câinii,* al lui Llosa, dar evident, nu este nicio legătură între aceste romane, cu atât mai mult cu cât „câinii" lui Llosa nu sunt acei prieteni ai omului care aleargă după pisici, ci porecla dată unei găşti de liceeni din Lima.

Pe scurt, cam despre ce ar fi vorba în romanul lui Bradley, care se petrece în capitala Japoniei: „Un roman asemenea oraşului Tokyo, pe care Nick Bradley îl transformă în personaj – fragmentat, divers, cu o multitudine de faţete, ce se dezvăluie cititorului ca într-un caleidoscop, imaginea de ansamblu părând a fi mereu alta, deşi părţile ce-o compun sunt de fapt aceleaşi. Trecând cu uşurinţă de la haiku la manga, de la rakugo la poveste SF, autorul ne poartă prin vieţile personajelor – un tatuator, un şofer de taxi, un detectiv, o traducătoare, un artist de rakugo, ajuns om al străzii, un autor readus la viaţă de o traducere, un fotograf, străini care trăiesc şi lucrează în Japonia. Sunt toţi parte din oraşul ce parcă ne scapă mereu printre degete, deşi e prezent pe fiecare pagină, sunt toţi legaţi între ei de fire invizibile şi de o pisică tricoloră, care pătrunde pentru o clipă în vieţile lor şi le observă transformarea, pentru ca apoi să treacă pisiceşte mai departe".

O idee simpatică, vorbesc despre aceea a unei pisici călătoare prin Tokyo, în rest suficientă anecdotică, care să-l ţină treaz pe cititor.

Iată un exemplu de stil din debutul romanului, avându-l în prim-plan pe tatuator: *Din întuneric s-au ivit masa, asemănătoare unui pat, pe care se întindeau cei care veneau la el, şi tot felul de fotografii ale diverşilor clienţi pe care-i avusese de-a lungul timpului – dragoni şuierând, crapi chinezeşti cu ochi holbaţi, femei cu sânii dezgoliţi, zeităţi Shinto şi kanji complicaţi, întinzându-se pe spinările, fesele şi braţele dezgolite ale clienţilor săi. Mulţi dintre ei erau membri ai Yakuza.*

Kentaro învăţase meserie de la unul dintre vechii maeştri din Asakusa şi era vestit pentru priceperea şi dedicarea pe care le punea în arta sa. Pentru el, nimic nu era mai plăcut decât să tatueze o bucată nouă de piele, prelucrând imagini din cerneală pe micile spaţii ale cărnii dezgolite. Singurul lucru care se apropia de satisfacţia de a crea o capodoperă pe o altă fiinţă umană era sentimentul de dominare a gangsterilor pe care lucra.

În ciuda rezonanţei americane a numelui, Nick Bradley s-a născut în Germania în 1982 şi a copilărit în Marea Britanie, în Bath. După ce şi-a luat masterul în literatură, a plecat în Japonia – „doar pentru un an" –, pentru a preda limba engleză prin programul Japan Exchange and Teaching. După un periplu japonez în care a fost profesor de engleză şi japoneză, a lucrat ca traducător de jocuri video, ca jurnalist de călătorie şi fotograf, s-a întors în Anglia zece ani mai târziu şi s-a înscris la cursurile de masterat ale Universităţii East Anglia, absolvind, în 2016, cu o diplomă în scriere creativă.

În 2020 îşi încheie studiile doctorale la aceeaşi universitate, cu o teză despre imaginea pisicii în literatura japoneză. În septembrie 2020 publică romanul său de debut *Pisica şi oraşul* (The Cat and the City; Humanitas Fiction, 2021), care ajunge la scurtă vreme de la lansare BBC Radio 2 Book Club Pick şi este numit de publicaţia *The Independent* unul dintre cele mai bune debuturi ale anului 2020.

GEORGE CUŞNARENCU

Prevenirea toxiinfecţiilor alimentare

Infecţia toxică alimentară înseamnă de fapt o „otrăvire" prin ingerarea de alimente care, din diferite motive, nu trebuie consumate (sunt alterate, s-a depăşit termenul de valabilitate etc.). Iată câteva recomandări pentru a vă ajuta să reduceţi acest risc.

Spălaţi-vă bine mâinile cu apă şi săpun şi uscaţi-le: ● înainte de manipularea alimentelor; ● după manipularea alimentelor crude, inclusiv carne, peşte, ouă şi legume; ● după ce aţi atins coşul de cumpărături, aţi mers la toaletă, aţi suflat nasul sau aţi atins animale (inclusiv animale de companie).

Spălaţi blaturile de lucru, cuţitele şi ustensilele, înainte şi după prepararea alimentelor, mai ales după ce au fost atinse de carne crudă (inclusiv păsări de curte), ouă crude, peşte şi legume. Nu este nevoie să folosiţi spray-uri antibacteriene: apa fierbinte, cu săpun, este suficient de eficace.

Spălaţi în mod regulat cârpele de vase şi prosoapele şi lăsaţi-le să se usuce înainte de a le folosi din nou. Cârpele murdare şi umede, bureţii de vase folosiţi sunt locul perfect pentru răspândirea germenilor.

Utilizaţi un tocător (de lemn, de plastic) separat pentru a pregăti produse crude, cum ar fi carnea şi peştele. Aceasta, pentru a evita contaminarea alimentelor deja preparate cu bacterii dăunătoare ce pot fi prezente în produsele crude, înainte de a fi gătite. Este deosebit de important să păstraţi carnea crudă departe de alimentele gata de consumat, cum ar fi salata, fructele, pâinea. Motivul este că aceste produse nu vor fi gătite înainte de a fi consumate, astfel că bacteriile care ajung pe alimentele din carnea crudă nu vor fi ucise.

Acoperiţi întotdeauna carnea crudă şi păstraţi-o pe raftul inferior al frigiderului, unde nu poate atinge sau picura pe alte alimente.

Asiguraţi-vă că păsările de curte, carnea de porc, burgerii, cârnaţii şi kebaburile sunt gătite foarte bine, fără carne roz în interior. Nu spălaţi carnea crudă (inclusiv puiul şi curcanul) înainte de gătit, deoarece acest lucru poate răspândi bacterii în bucătărie. Congelarea puiului crud reduce nivelul bacteriilor *campylobacter*, dar nu le elimină complet. Cea mai sigură modalitate de a distruge toate urmele de *campylobacter* este gătind bine puiul.

Păstraţi temperatura frigiderului sub 5ºC şi utilizaţi un termometru de frigider pentru a-l verifica. Acest lucru previne creşterea şi multiplicarea germenilor dăunători.

Evitaţi să umpleţi prea mult frigiderul; dacă este prea plin, aerul nu poate circula corect, ceea ce poate afecta temperatura generală. De asemenea, nu lăsaţi uşa frigiderului deschisă inutil.

Dacă aţi preparat alimente pe care nu le veţi mânca imediat, răciţi-le cât mai repede posibil (în termen de 90 de minute) şi păstraţi-le la frigider sau în congelator. Utilizaţi preparatele din frigider în decurs de două zile şi nu reîncălziţi alimentele gătite de mai multe ori.

Nu consumaţi alimente care au depăşit data de expirare, chiar dacă arată şi miros bine. Termenele de valabilitate se bazează pe teste ştiinţifice care arată cât de repede se pot dezvolta organismele dăunătoare în alimentele ambalate.

Nevralgiile hormonale la femei

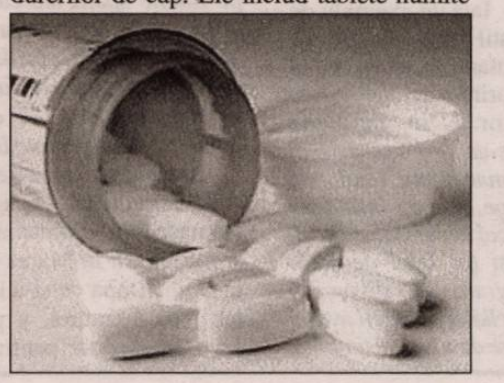
Multe femei au dureri de cap cauzate de modificări ale ratei hormonilor în organism. Mai mult de jumătate dintre cele care suferă de migrene observă o legătură cu ciclul lor. Aceste aşa-numite „migrene menstruale" tind să fie deosebit de severe. Cel mai probabil, ele tind să se dezvolte fie în cele două zile care preced ciclul, fie în primele trei zile ale acestuia.

Problema este cauzată de scăderea naturală a nivelului de estrogen în această perioadă. Crizele sunt de obicei mai severe decât migrenele din oricare alte perioade ale lunii şi prezintă tendinţa să revină a doua zi.

Ciclul menstrual nu constituie singurul factor declanşator al durerilor de cap hormonale.

Alte cauze includ: ● utilizarea de pilule contraceptive orale combinate (La unele femei, durerile de cap se ameliorează în timp ce acestea folosesc pilula, dar altele raportează atacuri mai frecvente mai ales în ziua lipsită de aceasta, atunci cand nivelurile de estrogen scad.); ● menopauza (durerile de cap devin mai frecvente şi mai accentuate de obicei, pe măsură ce femeia se apropie de menopauză, în parte pentru că ciclurile devin mai dese şi deoarece ciclul normal de hormoni este perturbat); ● sarcină (durerile de cap se pot agrava în primele câteva săptămâni de graviditate, dar de obicei se ameliorează sau se opresc complet în ultimele 6 luni; nu fac rău copilului).

Dacă durerile de cap se dezvoltă chiar înainte de menstruaţie, puteţi urma aceste sfaturi pentru a preveni o migrenă: ● consumaţi gustări mici, frecvente, pentru a menţine nivelul zahărului din sânge ridicat (Evitarea meselor sau lipsirea de mâncare mult timp poate declanşa migrena. Luaţi o mică gustare înainte de culcare şi întotdeauna micul dejun.); ● adoptaţi un model regulat de somn şi evitaţi să dormiţi prea mult sau prea puţin timp; ● evitaţi stresul (Dacă vă e dificil, găsiţi modalităţi de a-i face faţă, cum ar fi să faceţi exerciţii regulate şi să utilizaţi strategii de relaxare.); ● urmaţi tratamente pentru durerile de cap hormonale, precum şi tratamente pentru migrenă; ● medicul vă poate prescrie medicamente antimigrenă pe care să le luaţi în timpul ciclului. (Nu conţin hormoni, dar pot ajuta la oprirea dezvoltării durerilor de cap. Ele includ tablete numite triptani şi un tip de calmant numit acid mefenamic.); ● discutaţi cu medicul dumneavoastră dacă credeţi că pastilele contraceptive vă înrăutăţesc migrenele (Dacă aveţi dureri de cap în zilele în care nu luaţi pilula, puteţi evita scăderea bruscă a estrogenului luând mai multe pachete continuu, fără pauză.)



Schimbările hormonale care apar atunci când femeile se apropie de menopauză înseamnă că toate tipurile de cefalee, inclusiv migrenele, devin mai frecvente. Terapia de substituţie hormonală (HRT) poate fi utilă pentru tratarea bufeurilor şi a transpiraţiilor.

Dar, dacă aveţi migrene, cel mai bine este să folosiţi plasturi sau un gel, deoarece aceste tipuri de HRT menţin nivelul hormonilor mai stabil decât tabletele şi sunt mai puţin susceptibile de a declanşa migrene. Dacă aveţi ciclurile regulate, un medic vă poate prescrie un gel de estrogen sau un plasture, pe care să îl utilizaţi înainte de începerea ciclului şi câteva zile în timpul menstruaţiei.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Mucegaiul ne face depresivi

Conform unui studiu realizat de cercetătorii de la „Brown Medical School in Providence", mucegaiul poate fi una din cauzele declanşatoare ale depresiei. Mucegaiul (ciuperca saprofită sau parazită), irită căile respiratorii superioare, provocând tuse, îngreunarea respiraţiei şi simptome astmatice.

Conform acestui studiu, prezenţa mucegaiului în case este asociată cu creşterea ratei de depresie. Cercetătorii explică că unele tipuri de mucegai sunt şi toxine, iar expunerea la acestea poate inhiba zone din creier corespunzătoare emoţiilor.

Cercetătorii au studiat date obţinute de la Organizaţia Mondială a Sănătăţii privitoare la un lot de 5.882 de adulţi din 8 oraşe europene. În urma răspunsurilor primite, oamenii de ştiinţă au concluzionat că persoanele care prezentau semne ale depresiei trăiau în medii în care era prezent mucegaiul.

Studiul sugerează că o casă bine îngrijită oferă o viaţă mai sănătoasă. Mesajul pe care cercetătorii au vrut să-l transmită astfel este că modul în care este sau nu îngrijită o casă, influenţează starea de sănătate. Praful este locul ideal în care se pot „ascunde" sporii ciupercilor şi mucegaiurilor.

O locuinţă neventilată va „beneficia" de aer închis, iar praful, în lipsa curenţilor de aer, se va depune nestingherit. Încălzirea suplimentară, în condiţiile în care avem o atmosferă umedă, nu este o soluţie eficientă. Etanşeizarea excesivă a încăperii prezintă un mare inconvenient deoarece, odată ivită, umiditatea din interior nu va avea pe unde să iasă şi nu rămâne altceva decât să se depună pe pereţi.

Ce facem cu aburii din baie? Simpla deschidere a uşii nu constituie o soluţie, deoarece umiditatea existentă aici se va răspândi în restul locuinţei. Extrem de necesară este montarea unui ventilator în acest spaţiu. Folosit cu regularitate ori de câte ori este nevoie, el extrage umiditatea, prevenind astfel dezvoltarea bacteriilor de mucegai.

O altă soluţie pentru prevenirea apariţiei mucegaiului în baie (atenţie, acesta se va extinde şi în restul locuinţei dacă nu se iau măsuri) constă în iluminarea mai bună a băii, întrucât mucegaiul nu se dezvoltă în zone bine luminate. După duş, lăsaţi lumina aprinsă pentru încă 10-15 minute.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Echilibrul nervului vag, restabilit de medicina energo-informaţională

Obosit, fără vlagă şi vitalitate, stresat? Toate aceste simptome duc la îmbolnăvire, dar împreună creează dereglări masive în sistemul energetic al corpului. Activarea energetică a nervului vag aduce corpul, spiritul şi sufletul din nou în echilibru.

Nervul vag este cheia spre balanţa corpului. Neliniştea, frica şi stresul de durată îi provoacă omului multe probleme de sănătate, corporale şi sufleteşti. Se aleargă din doctor în doctor, fără un ajutor real.

Readucerea în echilibru a sistemului nervos parasimpatic nervos, din care face parte şi nervul vag, detoxifierea şi activarea lui, aduc ameliorări eficiente în multe probleme de sănătate. Migrene, tinitus, afecţiuni digestive, dureri, frici, depresii, neliniște internă, somn agitat, toate acestea au şi o componentă psihică.

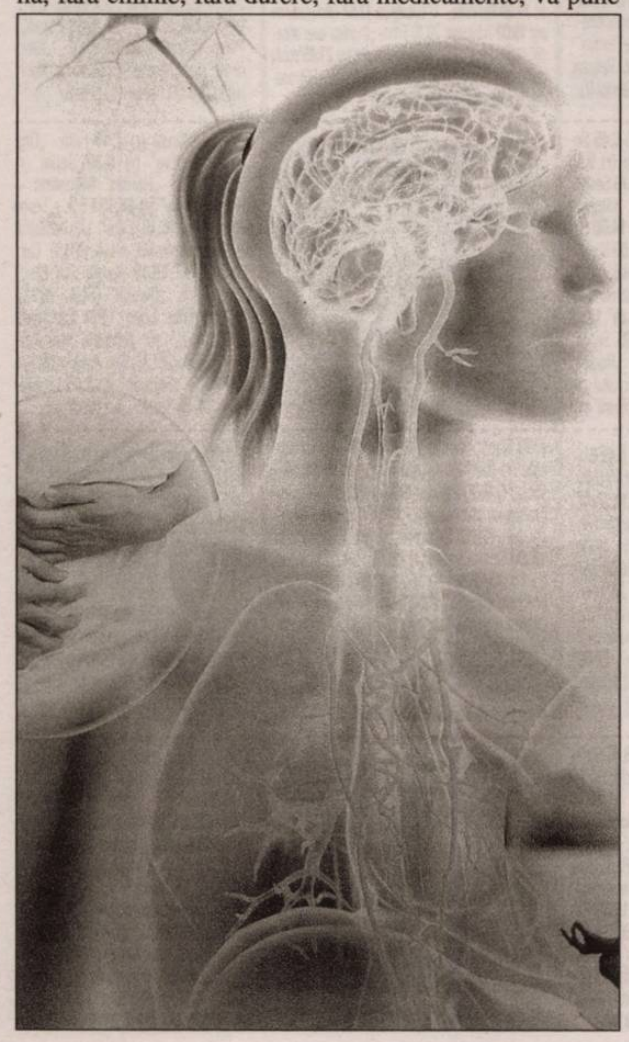
La început stă stresul, adică o problemă pe care nu o mai putem gestiona. Nervii se agită şi corpul reacţionează cu simptomele menţionate mai sus.

Nervul vag are o importanţă majoră în organismul nostru. El pleacă de la baza creierului, coboară pe lângă trahee, se îndreaptă spre plămâni şi inimă, ajunge în abdomen. El atinge, prin ramurile lui (peste 100.000), toate organele corpului, motiv pentru care i se mai spune şi „drumeţul".

Tot prin nervul vag pleacă semnale de la creier spre organe, duc şi aduc informaţii. Cu alte cuvinte, nervul vag conduce şi influenţează cea mai mare parte din funcţionalităţile sistemelor corporale.

Este dereglată funcţionalitatea nervului vag, corpul nu se mai poate relaxa şi se deschide o „poartă largă" spre multe probleme de sănătate.

Medicina energo-informaţională, o medicina modernă, fără chimie, fără durere, fără medicamente, vă pune



la dispoziţie terapii moderne de readucere a corpului în balanţa energetică din care este ieşit. Se repune în mişcare sistemul de autovindecare a corpului, iar fenomenul de autodistrugere este întrerupt.

După diagnosticarea energetică se recomandă tratamentele care se impun. Aparatele de terapie au la bază fizica cuantică, o fizică modernă, care se bazează pe informaţie, se adresează atât copiilor, cât şi adulţilor, indiferent de vârstă.

De cele mai multe ori întâlnim pacienţi cu un sistem nervos extrem de încărcat cu toxine.

Limfa care ar trebui să colecteze toxinele corpului este şi ea supraîncărcată. Ştim că limfa este al doilea sistem imunitar al corpului, este apa care spală celulele corpului. Ca orice apă care spală, mai trebuie şi ea schimbată.

Astăzi se ştie implicarea sistemului limfatic în toate problemele de sănătate. Mai mult, studii recente, arată implicarea limfei în bolile neurodegenerative (demenţă, Alzheimer, scleroză multiplă).

Autoreglarea energetică a corpului, reglarea sistemului nervos, detoxifierea la nivel microcelular a corpului, reglarea câmpului bactericid-virucid patogen, sunt numai câţiva dintre paşii pe care îi propune medicina energo-informaţională.

Omul de astăzi este un om chimizat şi are nevoie mai mult ca oricând de o „scanare" energetică.

Terapiile sunt personalizate şi se bazează pe informaţia energetică a pacientului aflat în terapie.

Terapia începe cu o măsurătoare energetică, prin care aparatul setează statutul energetic al celui aflat în terapie. Valorile energetice ale fiecărui organ sunt setate în aparat şi reglate conform potenţialului energetic al fiecăruia.

Fizica cuantică ne pune la dispoziţie posibilităţi terapeutice nevisate în urmă cu câţiva ani. Omul de astăzi are nevoie de acest gen de terapii personalizate, mai ales în bolile cronice şi neurodegenerative.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

Pentru mai multe informaţii accesaţi:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital Bucureşti, Calea Vitan nr. 28, sector 3

PUBLICITATE

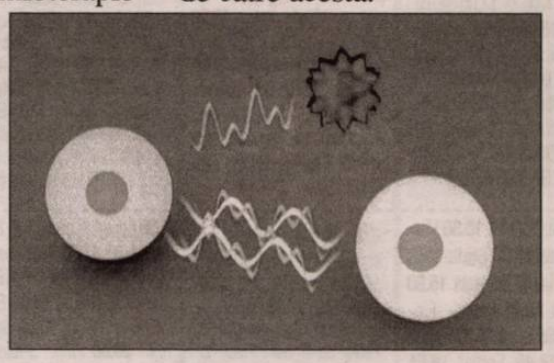
Nou la DermaVital – cardul cu terapia 4W

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunităţii înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecţiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar şi copiii au de multe ori dereglări energetice.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intruşilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acţiune când un „intrus" a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit şi a fost memorat de către acesta.



TERAPIA 4W – zidurile de apărare a imunităţii înnăscute!

Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvenţelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.

Terapia este în ofertă până la data de 30.06.2021

4 şedinţe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitate în 2 rate.

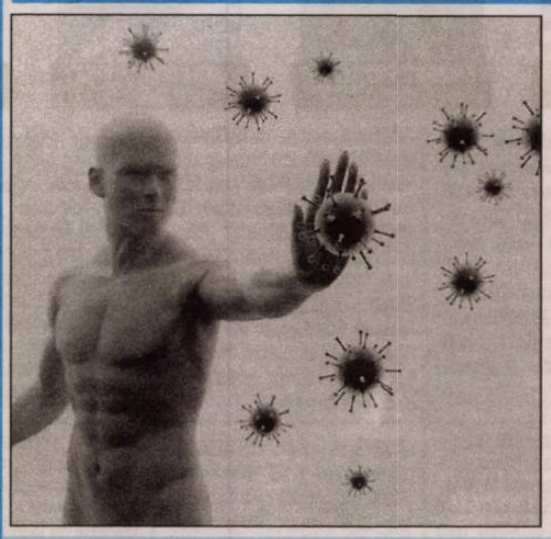
dermaVITAL

covid -19

tel 0731.871.968 / 021.322.40.04

www.dermavital-med.ro

NOU!! – card de terapii post Coronavirus!



Centru German DermaVital vă pune la dispoziţie atât tratamente Post Covid de prevenire a sechelelor ce pot apărea după infecţia cu Covid-19, cât şi tratamente Post Vaccin pentru neutralizarea efectelor secundare ale vaccinului.

Pentru mai multe informaţii accesaţi:

www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

PUBLICITATE

Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor terapii!

LUNI – 21 iunie

TVR 1
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 10.00 Teleshopping 10.15 Adevăruri despre trecut (r) 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.00 România 9 18.15 Serial: „Giuvaierul palatului". Cu: Lee Young-ae 19.30 Vorbește corect! 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.10 Serial: „Jocurile timpului" 0.05 Telejurnal 0.50-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.45 Fotbal: Scoția – Cehia 18.00 Ce spun românii 18.45 Fotbal UEFA Euro 2020 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal UEFA Euro 2020 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00-5.00 Reluări.

antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la circ! 22.50 Observator 23.15 Legendele cu Dan Negru 0.30 Film: „Nemuritorii: Razboiul Zeilor" (r) 3.30 Băieți de oraș 4.00 Poftiți pe la noi: Poftiți la circ! (r)

PRIMA TV
7.00 Film d.a.: „Femeia fantastică" 8.30 Film: „Ce-și dorește o fată" 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Înger sub acoperire" (SUA, 1999). Cu: Yasmine Bleeth, James Earl Jones, Dean Winters 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Înger sub acoperire" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 9.15 Serial (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor". Cu: Andrés Palacios 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.09 Film: „Un surâs în plină vară" (România, 1963) 9.00 Serial: „Armăsarul sălbatic" 9.30 Teleșcoala (r) 10.00 Documentar 360º-GEO 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Descălecați în Carpați (r) 14.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: enigma craniului" (Canada, 2015) 15.00 Documentar 360º-GEO 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.10 Film: „Telefonul" (România, 1991) 19.00 Telejurnal 20.00 #Generații TVR 65 22.00-23.00 Reluări 0.00 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 2.45-5.30 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 Serial (r) 7.00 La Măruță (r) 8.00 Film: „The Wronged Man" (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film: „Liceenii Rock'n Roll" (r) 14.45 Film: „Pitch Perfect 3" (r) 16.30 Film: „Nu te pui cu Rosemary" (SUA, 1956). Cu: Frankie Laine 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Tipic masculin" (SUA, 2003). Cu: Jason Lee, Julia Stiles 22.30 Film: „Cazul Novack" (SUA, 2015). Cu: Rob Lowe 0.15 Film: „Noaptea fricii 2" (SUA, 2013). Cu: Will Payne 2.15-3.45 Reluări.

MARȚI – 22 iunie

7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.00 România 9 18.00 Team Romania 18.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 19.30 Vorbește corect! (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.10 Film: „Ziua răzbunării" (coprod., 1967). Cu: Giuliano Gemma 23.10 Doc.: „Legende și mistere" 0.00 Telejurnal 0.45-6.00 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 18.45 Fotbal UEFA Euro 2020 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal UEFA Euro 2020 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la circ! 23.00 Observator 23.30 Film: „Indestructibilul" (SUA, 2000). Cu: Bruce Willis 2.30 Observator (r) 4.00 Poftiți pe la noi: Poftiți la circ!.

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Înșelătorie absolută" (SUA, 2013). Cu: Cuba Gooding Junior 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 Talc Talk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Înșelătorie absolută" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r).

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Memorialul Durerii (r) 9.00 Serial: „Armăsarul sălbatic" 9.30 Teleșcoala (r) 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Cap compas (r) 14.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: enigma craniului" (partea a II-a) 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate (r) 17.57 Olimpiade de aur 19.00 Telejrnal 20.00 #Generații TVR 65 22.00-23.00 Reluări 0.00 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 1.10-5.55 Reluări.

5.15 La Măruță (r) 7.15 Film: „Se caută un sol" (SUA, 1948) 9.00 Serial: „La Bloc" (r) 11.30 Film: „Hart to Hart: The Wronged Man" (r) 13.30 Film (r) 16.00 Film: „Thredbo Story – Eroii muntelui" (Australia, 2002) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Like.Share.Crimă" (SUA, 2016). Cu: Courtney Lakin 22.15 Film: „Weekend cu mama" (România, 2009). Cu: Jacqueline Bisset 0.15-3.30 Reluări.

MIERCURI – 23 iunie

7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 10.00 Teleshopping 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 14.00 Telejurnal 15.10 Convietuiri 17.00 România 9 18.00 Team Romania 18.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 19.30 Vorbește corect! (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 21.30 Adevăruri despre trecut 22.00 Microbist de România 23.00 Serial: „Godunov" (ep.1) 0.00 Telejurnal 0.50-6.00 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 15.45 Fotbal: Finlanda – Rusia 18.00 Ce spun românii 18.45 Fotbal UEFA Euro 2020 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal UEFA Euro 2020 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la circ! 23.00 Observator 23.30 Film: „Solo: O poveste Star Wars" (SUA, 2018). Cu: Emilia Clarke 2.00 Acces direct (r) 3.45 Poftiți pe la noi: Poftiți la circ! (r).

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! (r) 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Fluturele negru" (SUA, 2017). Antonio Banderas 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Fluturele negru" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Ferma (r) 9.00 Serial: „Armăsarul sălbatic" 9.30 Teleșcoala (r) 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: clubul detectivilor amatori" (Canada, 2015, partea I) 15.00 Documentar 360º-GEO 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate (r) 17.57 Olimpiade de aur 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Un strop de noroc" (Regatul Unit, 1975) 21.45 Veniți de gustați! 23.00 Câștigă România! (r) 0.00 Serial: Sub soarele Ecuatorului" 1.10-5.55 Reluări.

5.30 La Măruță (r) 7.30 Film (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „Picture This" (r) 14.15 Film: „A Guy Thing" (r) 16.15 Film: „Cei trei ninja" (SUA, 1992) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Viața fără Dick" (SUA, 2002). Cu: Sarah Jessica Parker 22.30 Film: „În luptă cu timpul" (SUA, 2009) 0.30 Film: „Life Without Dick" (r) 2.30 La Măruță (r) 4.00 Serial (r).

LEE YOUNG-AE
– luni-vineri, 18.15 –

ADAM SANDLER
– vineri, 21.30 –

EMILIA CLARKE
– miercuri, 23.30 –

ANDRÉS PALACIOS
– luni-duminică, 19.00 –

JENNIFER LOPEZ
– sâmbătă, 2.00 –

DEAN WINTERS
– luni, 20.00 –

NATASHA HENSTRIDGE
– joi, 20.10 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 24 iunie

7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 10.00 Teleshopping 10.15 Istorii ascunse 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente 17.00 România 9 18.00 Team Romania 18.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 19.30 Vorbește corect! 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 21.30 Izolați în România (r) 22.00 Dispăruți fără urmă 23.00 Serial: „Godunov" 0.00 Telejurnal 0.45-6.00 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Eliminatorii" (coprod. 2016). Cu: Scott Adkins 23.30 Știrile PRO TV 23.45 Film: „Ted 2" (SUA, 2015) 2.00 Serial: „Atletico Textila" 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Serial: „Adela" 22.25 Observator 23.00 Burlacul 2.00 Acces direct (r) 4.00 Film: „Solo: O poveste Star Wars" (r).

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! (r) 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" (r) 20.00 Film: „Pirații din Silicon Valley" (SUA, 1999). Cu: Noah Wyle 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Pirații din Silicon Valley" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Rețeaua de idoli (r) 9.00 Serial: „Armăsarul sălbatic" 9.30 Teleșcoala (r) 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților (r) 13.30 Natură și aventură (r) 14.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: clubul detectivilor amatori" (partea a II-a) 15.00 Documentar 360º-GEO 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate (r) 17.57 Olimpiade de aur 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Cronica unei obsesii" (SUA, 2016). Cu: Natasha Henstridge 21.45 Veniți de gustați! 22.00-23.00 Reluări 0.00 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 1.10-5.55 Reluări.

6.00 La Măruță (r) 8.00 Film: „Three Ninjas" (r) 10.15 Serial (r) 12.30 Film (r) 14.30 Film: „Picture This" (r) 16.30 Film: „Ajunul Crăciunului" (SUA, 2014) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Apocalipsa androizilor" (coprod., 2015) 22.30 Film: „Cutii de chibrit" (SUA, 2012). Cu: Matt Lucas, Peter Stormare 0.30 Film: „Android Apocalypse" (r) 2.30 La Măruță (r) 4.00 Serial: „La Bloc" (r).

VINERI – 25 iunie

7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 10.00 Teleshopping 10.15 Izolați în România (r) 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 13.30 Europa mea 14.00 Telejurnal 15.10 Opre Roma 16.00 EURO polis 17.00 Cooltura 18.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 19.30 Vorbește corect! (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Cască ochii sau o-ncurci!" (SUA, 2001). Cu: Orlando Jones, Eddie Griffin, Gary Grubbs 23.00 Serial: „Godunov" 0.00 Telejurnal 0.45-5.10 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Nu te pune cu Zohan" (SUA, 2008). Cu: Adam Sandler 23.45 Film: „Gardienii Galaxiei Vol. 2" (SUA, 2017) 2.30 Serial: „Atletico Textila" 2.00-3.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 Divertisment: 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Film d.a.: „Cartea Junglei" (SUA, 1967) 22.00 Film: „Omu' de la Zoo" (SUA, 2011). Cu: Rosario Dawson, Kevin James 0.00 Film: „Misiune de salvare" (SUA, 2012). Cu: Drew Barrymore 2.00-4.00 Reluări.

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Serial: „Ringo" 16.00 Mama mea gătește mai bine (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Film: „Războiul din Karmouz" (SUA, 2018). Cu: Amid Karara 22.30 Film: „La patru pași de infinit" (România, 1964). Cu: Silviu Stănculescu 0.30-6.00 Reluări.

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r).

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Destine ca-n filme (r) 9.00 Serial: „Armăsarul sălbatic" 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Pescar hoinar (r) 14.00 Film: „sterele Aurorei Teagarden: clubul detectivilor amatori" (partea a III-a) 15.00 Documentar 360º-GEO 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 #Generatii TVR 65 (r) 19.00 Telejurnal 20.00-6.00 Reluări.

5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „One Christmas Eve" (r) 9.30 Serial (r) 12.00 Film: „Heroes' Mountain – Thredbo Story" (r) 14.15 Film: „Three Ninjas" (r) 16.15 Film: „Incredibilul Burt Wonderstone" (SUA, 2013). Cu: Steve Carell 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Destul!" (SUA, 2002). Cu: Jennifer Lopez, Bill Campbell 22.45 Film: „O comedie monstruoasă" (SUA, 2013). Cu: Ashley Martin 0.30 Film: „Enough" (r) 2.45 La Măruță (r) 4.15 Serial: „La Bloc" (r).

SÂMBĂTĂ – 26 iunie

7.00 Tezaur folcloric (r) 8.00 Serial: „Cireșarii" 9.00 1, 2, 3 și afli tot ce vrei! 9.35 Eu pot! 10.35 Vreau să fiu sănătos! 11.30 Team Romania (r) 12.00 #Creativ (r) 12.30 Poftticioși, la cratiță! 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 14.00 Telejurnal 14.30 Ora Regelui 15.30 Film: „A fost odată o întâlnire" (SUA, 2017) 17.10 Vedeta populară (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Pruncul, petrolul și ardelenii" (România, 1981) 23.00-0.00 Reluări 1.00 Doc.: „Dosarele extratereștrilor" .45-5.05 Reluări.

6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film: „Blondele de la drept" (SUA, 2009) 11.45 Ce spun românii (r) 12.45 Film: „Corky – Nătărăul clanului" (SUA, 2001) 14.30 Film: „Dl. Deeds – Moștenitor fără voie" (SUA, 2002) 16.30 Film: „Mamma Mia! O luăm de la capăt" (SUA, 2018) 18.45 Fotbal UEFA Euro 2020 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal UEFA Euro 2020 0.00 Special UEFA Euro 2020 1.00 Atletico Textila 2.00-4.00 Reluări.

6.00 Observator 8.50 Film d.a.: „Sunt un mic ticălos 2" (SUA, 2013) 10.50 Serial: „Adela" (r) 13.00 Observator 13.45 Mireasa 16.00 Chefi la cuțite (r) 19.00 Observator 20.00 Next Star 23.00 Film: „Amnezie cu surprize" (SUA, 1987). Cu: Goldie Hawn, Kurt Russell 1.00 Film (r) 2.45 Hello Chef (r) 3.30 Burlacul (r).

7.00 Flash monden 7.30 Teleshopping LIVE 9.00 Starea nației (r) 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Flash monden 12.00 Poezie și delicateturi 14.00 Film: „Trandafirii sunt pentru cei bogați" (SUA, 1987) 16.00 Film: „Buletin de București" (România, 1982) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Film: „Simone" (SUA, 2002). Cu: Al Pacino 22.30 Film: „Batman se întoarce" (SUA, 1992). Cu: Michael Keaton, Michelle Pfieffer 1.00-6.00 Reluări.

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Generația Fit (r) 8.30 Motor-Vlog (r) 9.00 Zile cu stil (r) 10.00 Mic dejun cu un campion (r) 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Descălecați în Carpați (r) 12.30 Cap compas (r) 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbați de 10 17.00 Frați de viță (r) 17.30 MotorVlog (r) 18.00 Distracțiile lui Cazacu (r) 18.30 Zile cu stil 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Dragă Frankie" (Regatul Unit, 2004). Cu: Emily Mortimer, Gerald Butler 22.10 Serial: „Păcatul și rușinea" 23.45-6.00 Reluări.

6.15 Ce spun românii (r) 8.15 Film: „Zile fericite" (SUA, 1952) 10.15 Serial: „La bloc" (r) 12.30 Film: „One Christmas Eve" (r) 14.15 Film (r) 16.15 Film: „Procesul lui Casey Anthony" (SUA, 2013). Cu: Rob Lowe 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Actorul și sălbaticii" (România, 1974) 0.00 Film: „Jocuri riscante" (SUA, 2013) 2.00 Film: „Anaconda" (SUA, 1997). Cu: Jennifer Lopez, Jon Voight 3.30-5.00 Reluări.

DUMINICĂ – 27 iunie

7.00 Universul credinței 9.00 M.A.I. aproape de tine 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viața satului (II) 13.00 Ediție specială 13.05 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Politică și delicatețuri (r) 15.30 Adevăruri despre trecut 16.00 Ai luat plasă! 17.00 Exclusiv în România 18.00 Dosar Romania 19.00 Breaking Fake News 20.00 Telejurnal 21.00 Vedeta populară (r) 23.00 Garantat 100% 0.00 Replay 1.00 Doc.: „Dosarele extratereștrilor" 1.50-6.00 Reluări.

6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film: „Holmes și Watson" (SUA, 2018) 12.00 Film: „Mr. Deeds" (r) 14.00 Film (r) 16.30 Film: „Miss Agent Secret 2: Înarmată și seducătoare" (SUA, 2005) 18.45 Fotbal UEFA Euro 2020 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal UEFA Euro 2020 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00-5.00 Reluări.

6.00 Observator 10.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 13.30 Hello Chef! 14.15 Next Star (r) 17.15 Film d.a.: „Cartea Junglei" (r) 19.00 Observator 20.00 Chefi la cuțite: Familii la cuțit 23.30 Film: „Cowboys și Extratereștri" (SUA, 2011). Cu: Daniel Craig, Olivia Wilde 2.00 Film: „Dracula: Povestea nespusă" (SUA 2014). Cu: Luke Evans, Dominic Cooper 3.45 Antitalent.

7.00 TÂLCtalk (r) 7.30 Teleshopping live 9.00 Focus la prima oră 11.00 Insider Politic 12.00 Film: „Buletin de București" (r) 14.00 Poezie și delicateturi 16.00 Film: „Bucătarul detectiv 4" (SUA, 2017) 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Jurnalul unei mame" (SUA, 2002). Cu: Sandra Bullock 22.30 Poezie și delicateturi (r) 0.30 Film: „Batman revine" (r) 2.30 Film (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Insider politic (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări. 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r).

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.30 Natură și aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Frați de viță (r) 12.30 Sănătate cu de toate (r) 13.10 Film: „Facerea lumii" (România, 1971) 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Rețeaua de idoli (r) 19.00 Telejurnal 19.35 E vremea ta! 20.10 Film: „Ciprian Porumbescu" (România, 1972) 22.40 Film: „Selma" (coprod., 2014) 1.00-5.55 Reluări.

5.30 Ce spun românii (r) 6.30 Film: „The Incredible Burt Wonderstone" (r) 8.30 Serial: „La Bloc" (r) 10.45 Film: „Prosecuting Casey Anthony" (r) 12.45 Film: „Actorul și sălbaticii" (r) 16.15 Film: „Mamaia" (România, 2013) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Sfinți și străini II" (SUA, 2015) 22.30 Film: „A venit sfârșitul!" (SUA, 2013). Cu: James Franco, Jonah Hill 0.45 Film: „Jocuri periculoase" (SUA, 1998). Cu: Matt Dillon, Kevin Bacon 3.00-4.30 Reluări.

Integramă de **M. ALBU**

SERENADĂ

OAMENII LUI NEA MARIN		ACȚIUNI DE PROTECȚIE		CÂNTEC DE MIERLĂ		FOND BANCAR!		DIVINITATE ÎN MITURI		OM CU FACULTATE
MEȘTERI DE LA ENEL		MONEDA UE		TEN!		A FACE RISIPĂ		NE TREC PRIN CAP		CELULĂ NERVOASĂ
COMPETIȚIE CU CAVALERI ÎN ARMURĂ							CUPLU MUZICAL			
CIFRĂ NULĂ							SUC ENGLEZESC			
				BALCOANE LA TEATRE					ÎN TURN!	
				ÎMPLINIȚI ÎN VIAȚĂ					PROTEJĂRI DUPĂ PARAVANE	
SEMN DE PE PORTATIVUL MUZICAL					A FACE CA TRENUL					
		A ÎNMULȚI CU 1.000			A DA SPAGĂ			CURBĂ		
		ENERVAT CONTINUU						PERECHEA MEȘTERULUI MANOLE		
	CÂNTECE LA OPERĂ					NAS MIC ȘI ÎN VÂNT				TRAIUL DE ZI CU ZI
	PASĂRE CA ULIUL					BANI ÎN IRAN				
				COADĂ LA ROCHIA MIRESEI					CONVOI FEROVIAR	
				CĂRUNTĂ						
VOTATE ÎN PARLAMENT			A AVANSA PE SCARĂ				PREFIXUL OPOZIȚIEI			
ÎN GRAD!			NEALTERAT, CURAT				GEST MECANIC			
GOL PUȘCĂ								A LUCRA CU PLUGUL		
								VELE!		
BUHAI					CARNET DE MILITAR					
CUNOSCUT MEDICAMENT ANTIBIOTIC										

Umor

☺ *O blondă în magazin:*
– Intră acest dulap în mașina mea?
Vânzătorul:
– Ce mașină aveți?
– Roșie.
– Atunci, nu.

☺ *Un soldat era în post, când apare sergentul care-i spune:*
– Ai grijă că trebuie să vină generalul. Când apare, anunță-mă.
Peste 10 minute apare din nou sergentul care întreabă:
– A venit generalul?
– Nu.
– Când vine să mă anunți.
– OK.
Peste o oră vine generalul. Soldatul îl întreabă:
– Tu ești generalul?
– Da.
– Ai dat de dracu, de când te așteaptă domn sergent!

☺ *O femeie la doctor:*
– Domnule doctor, vă rog, spuneți-mi drept, nu mă menajați... sunt o femeie puternică deși par așa firavă.
– Ce doriți să știți?
– Soțul meu, după entorsa asta groaznică de la mână, va mai putea să spele vase?

☺ *Două femei stau de vorbă:*
– Cred că soțul meu face Alzheimer.
– Păi, de ce?
– Cică nu își mai amintește ce dracu a văzut la mine...

SUDOKU

jocul săptămânii: 24

	8	9	1	5				
	7					6		1
							7	
8					1		9	
1				4				8
	6		2					3
	2							
7		8					4	
				6	5	8	1	

Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 23

5	2	7	4	8	1	3	6	9
1	6	3	5	9	2	7	8	4
9	4	8	6	3	7	1	2	5
4	7	9	8	1	6	2	5	3
2	3	6	9	5	4	8	7	1
8	1	5	7	2	3	4	9	6
7	9	2	1	4	5	6	3	8
3	8	4	2	6	9	5	1	7
6	5	1	3	7	8	9	4	2

Soluția integramei „DECORAȚIUNI"

Orizontal: H - F - M - H - G - S - CARICATURIST - MENAJAMENTE - LAC - LOCAL - RR - CUSCRI - ETAN - CERC - ITI - EM - O - SALT - TINTE - NO - NEATENT - D - IUTIRI - CAZI - SEMET - CRONIC - RAI - INALTAT - BINEVOITOARE.

Verificați-vă cunoștințele!

Cuțite

1. Ce se înțelege în general prin cuțit?
2. Ce este cuțitul de plug?
3. Ce mare poet român (1880-1967) a scris poezia „Inscripție pe un cuțit"?
4. Ce compozitor sovietic (1900-1955) a compus muzica operetei „Cuțitele"?
5. Ce pictor de origine spaniolă, stabilit în Franța (1881-1973) a pictat tabloul „Cocoș și cuțit"?
6. Unde se află în Capitală celebra biserică „Cuțitul de argint", ridicată între 1906-1910 după planurile arhitectului Nicolae Ghika Budești?
7. Cine a realizat, în 1962, filmul polonez „Cuțitul în apă"?

Răspunsurile la întrebările din numărul trecut

1) Prin biserică se înțelege atât comunitatea întemeiată de Hristos, alcătuită din totalitatea credincioșilor, cât și clădirea destinată celebrării unui cult creștin. 2) Cea mai veche biserică de piatră din țara noastră este Biserica Sfântul Nicolae din Densuș, datând de la sfârșitul secolului al XIII-lea și începutul secolului al XIV-lea, fiind construită cu materiale provenite din ruinele de la Ulpia Traiana Sarmizegetusa. 3) Cea mai mare biserică din țara noastră este Catedrala „Mântuirii Neamului" din București, urmată de Catedrala „Nașterii Domnului" din Suceava. 4) Poezia „În orașul cu 300 de biserici" a fost scrisă de Ion Minulescu. 5) Muzica operei „Cavaleria rusticana" aparține compozitorului italian Pietro Mascagni (1863-1945). 6) Tabloul „Biserica din Auvers" poartă semnătura lui Vincent Van Gogh. 7) Filmul „Cocoșatul de la Nôtre Dame" a fost realizat de regizorul Jean Delannoy.

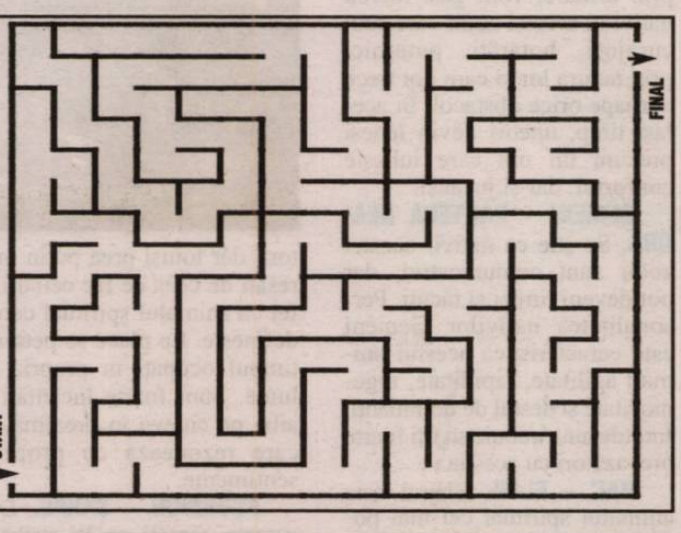
Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Războaie" am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ Așteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



Grădina de lângă casă

Căldărușa

(Aquilegia x hybrida)

■ Este o plantă perenă, originară din Asia, care a fost aclimatizată și în Europa și în America de Nord. Impresionează mai ales prin combinația bicoloră a florilor, dar și prin forma acestora. Datorită parfumului delicat pe care îl emană este adesea vizitată de albine.

■ Se recomandă pentru realizarea de borduri sau amenajarea zonelor cu un sol mai puțin prietenos cu alte plante.

■ Se dezvoltă bine în aproape orice tip de sol, în zone semiumbroase și însorite. Are rădăcinile în formă de tuberculi și tulpinile viguroase.

■ Florile au câte cinci petale înconjurate de cinci sepale alungite și sunt bicolore: galbene, albe, roșii, roz, lila, mov. Înflorește din primăvară până în iunie.

■ Nu necesită îngrijiri speciale, fiind o plantă rezistentă la frig și la secetă.

■ Planta se înmulțește prin semințe, care se seamănă primăvara, devreme. Deși sunt rezistente la secetă, ar fi bine ca în aceste perioade să se ude măcar o dată la două săptămâni.

■ Această plantă nu este atacată de boli sau de dăunători!

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Zodia şi animalul spiritual

Încă din cele mai vechi timpuri, fiecărei zodii i-a fost atribuit câte un animal. Cunoscute ca animale spirituale, se spune că acestea reflectă caracteristicile şi personalitatea interioară a nativilor, energia şi dorinţele.

Înrândurile ce urmează vă vom face cunoscut fiecare animal spiritual al zodiilor horoscopului european, lăsându-vă, eventual, să vă descoperiţi calităţile personalităţii.

BERBEC – ŞOIM. Sunteţi lideri înnăscuţi, spontani şi întotdeauna pregătiţi să luaţi iniţiativa. Uneori puteţi deveni impulsivi, dar aveţi mereu încredere absolută în propriile forţe. De asemenea, vă puteţi adapta uşor oricărei situaţii şi faceţi orice lucru cu multă pasiune.

TAUR – URS. Ursul simbolizează puterea, capacitatea şi, prin urmare, vom găsi mereu nativi ai acestei zodii care sunt curajoşi, hotărâţi, puternici prin natura lor şi care pot trece aproape orice obstacol. În acelaşi timp, uneori devin leneşi precum un urs care iubeşte confortul, dar şi jucăuşi.

GEMENI – PANTERA NEAGRĂ. Se ştie că nativii acestei zodii sunt comunicativi, dar pot deveni timizi şi tăcuţi. Personalitatea nativilor Gemeni este caracteristică acestui animal: agilitate, rapiditate, ingeniozitate şi destul de dominanţi. Întotdeauna trebuie să fiţi foarte prevăzători cu aceştia.

RAC – ELAN. Elanul este animalul spiritual cel mai potrivit acestei zodii. Racii sunt atenţi şi precauţi şi nu le puteţi prezice niciodată starea de spirit, indiferent dacă sunt supăraţi, iritaţi sau pur şi simplu melancolici.

LEU – LEU. Nativii acestei zodii nu se pot compara cu un alt animal spiritual decât cu cel care îi reprezintă, leul. Întotdeauna vor să fie liderul grupului, le place în lumina reflectoarelor şi să-şi arate abilităţile şi atuurile celor din jur. Sunt încrezători, mândri, atrăgători, fiind imposibil să le ignorăm prezenţa.

FECIOARĂ – VULPE. Prudenţa şi isteţimea acestor nativi rezonează cu acest animal spiritual. Sunt nativi încrezători şi pregătiţi mereu, având o perspectivă foarte clară asupra a ceea ce doresc şi au nevoie. Au simţurile extrem de ascuţite, putând observa în jur până şi cea mai mică mişcare.

BALANŢĂ – PANDA. Nativii Balanţă sunt drăguţi şi atrăgători, dar totuşi prea puţin interesaţi de ceea ce fac ceilalţi, la fel ca animalul spiritual care îi defineşte. Le place să petreacă timpul ocupaţi în propria lor lume. Sunt foarte încântaţi să aibe pe cineva în preajmă dar care rezonează cu propriile sentimente.

SCORPION – ŞARPE. Deşi suntem tentaţi să le atribuim acestor nativi scorpionul, iată că animalul lor spiritual este şarpele. Sunt inteligenţi, calmi, blânzi, dar pot deveni extrem de periculoşi. Nu vor ezita să plătească exact cu aceeaşi monedă dacă cineva le face rău. Nu le pot fi prevăzute reacţiile în faţa situaţiilor limită.

SĂGETĂTOR – PANDA ROŞU. Rătăcitori şi nativi care nu îşi fac prea multe griji, Săgetătorii sunt reconfortanţi pentru persoanele din jur, prezenţi mereu acolo pentru prietenii săi. Săgetătorii au inima caldă, sunt prietenoşi şi gata să ajute în orice moment. Au instincte ascuţite, care îi ajută să supravieţuiască în situaţii dificile şi periculoase. Li se potriveşte personalitatea ratonului de Himalaya, aşa cum mai este cunoscut simpaticul panda roşu.

CAPRICORN – LUP. Analitici şi intelectuali, la fel ca personalitatea animalului spiritual al Capricornilor, care îşi analizează împrejurimile şi care iau decizii de fiecare dată cu precauţie, acţionând cu grijă ca să nu facă paşi greşiţi. Sunt persoane isteţe, care îşi pot cuceri cu uşurinţă adversarii la momentul potrivit.

VĂRSĂTOR – CAPRA NEAGRĂ. Nativi cu o atitudine imprevizibilă, pot fi extrem de opaci, adică nu vom putea ghici niciodată la ce se gândesc sau cum acţionează. Vărsătorii sunt destul de supărăcioşi şi de zburdalnici, precum animalul lor spiritual, dar aceste trăsături îi pot ajuta să supravieţuiască până şi în cele mai periculoase condiţii.

PEŞTI – PEŞTE. Foarte generoşi şi amabili faţă de ceilalţi, personalitatea nativilor Peşti rezonează cu animalul care îi reprezintă, deoarece se spune că sunt persoanele principale sau inima oricărui grup, la fel cum sunt peştii într-un ocean. Le place să răspândească vibraţii pozitive celor din jur şi să rămână alături de cei apropiaţi.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ „Ciuma lui Pericle" – o formă de Ebola? ■ Oumuamua, un „aisberg spaţial"? ■ Bar Sauma – un Marco Polo asiatic ■ Opinii privind fenomenul OZN ■ Nicole Kidman – când frumuseţea face casă bună cu talentul

HOROSCOP

21-27 iunie 2021

BERBEC 21.03-20.04

Urmează o săptămână când veţi ocupa de casă şi poate de părinţi. Vă veţi bucura să redecoraţi şi să faceţi lucrurile să arate mai bine. Relaţiile de familie vor fi optimiste şi pozitive, iar cei dragi vor fi generoşi unii cu alţii.

TAUR 21.04-21.05

Parcurgeţi momente contrastante. Fie sunteţi fericit, fie vă treziţi în mijlocul unor confruntări mai puţin comode. Totul este să staţi şi să chibzuiţi înainte să aruncaţi cu vorbele aiurea. Mai bine să fiţi în siguranţă decât să vă pară rău după aceea.

GEMENI 22.05-21.06

În aceste zile veţi atrage bani. S-ar putea să cumpăraţi lucruri frumoase pentru dumneavoastră şi cei dragi. Cu toate acestea, vă aflaţi în discuţii aprinse cu cineva în legătură cu o proprietate comună. Răbdarea este cel mai bun aliat al dumneavoastră.

RAC 22.06-21.07

Acum este momentul prielnic să cercetaţi anumite probleme sau să săpaţi în trecut pentru a găsi soluţii şi răspunsuri. În acelaşi timp, ar fi potrivit să vă gândiţi la o vacanţă şi să vă bucuraţi de socializare cu ceilalţi.

LEU 22.07-22.08

S-ar putea să resimţiţi un fel de resentiment care se acumulează, iar cea mai bună opţiune este să nu vă exteriorizaţi violent, deoarece aţi putea face sau spune ceva de care să regretaţi mai târziu.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Acum este momentul să cereţi ce aveţi nevoie pentru a vă îndeplini cele mai îndrăzneţe proiecte. Persoanele creative se vor bucura de compania dumneavoastră, deşi se pare că sunteţi în contradicţie cu cineva.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Dorinţa de schimbare şi şansa de a învăţa ceva nou şi incitant este puternică în aceste zile. S-ar putea să întâlniţi oameni care sunt „diferiţi" şi, eventual, să învăţaţi lucruri noi de la ei.

SCORPION 23.10-21.11

În ultima vreme dispuneţi de multă energie pe care aţi îndreptat-o spre a face faţă unor probleme legate de birocraţie sau discuţii legate de o proprietate comună. Între timp, aveţi ocazia minunată de a călători sau de a vă extinde orizonturile.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Săptămâna aceasta vă va mulţumi faptul că vor veni cadouri, favoruri de la alţii. S-ar putea chiar să primiţi nişte bani. Este o perioadă prielnică pentru a negocia orice fel de afacere legată de finanţe sau despre cum să împărţiţi ceva.

CAPRICORN 22.12-19.01

Concentraţi-vă şi încercaţi să realizaţi cât mai multe, deoarece acest lucru vă va face să vă simţiţi recompensaţi şi mulţumiţi. Relaţiile cu apropiaţii se vor îmbunătăţi şi ele. În weekend aveţi unele probleme cu animalul de companie.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Vreţi să vă distraţi şi orice are legătură cu artele vă va încânta, mai ales dacă vă puteţi exprima talentul creativ. Dispuneţi de multă energie pozitivă şi o veţi folosi pentru a vă îmbunătăţi sănătatea.

PEŞTI 19.02-20.03

Vă veţi implica mult în viaţa de familie, mai ales cu unul dintre părinţi. Urmează şi zile romantice, aşa că se pare că o nouă iubire va înflori pentru unii dintre dumneavoastră. Toate acestea necesită multă diplomaţie, simpaţie şi înţelegere. Succes!

Nativul săptămânii: **ALEXANDRU GHIKA** (22.06.1902 – 11.04.1964)

A fost un matematician şi profesor universitar român, fondatorul şcolii româneşti de analiză funcţională. Acest nativ al zodiei Rac a introdus în învăţământ această disciplină nouă pe plan mondial până în acel moment şi a avut o contribuţie de seamă în domeniul ecuaţiilor diferenţiate.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178965

Preţ abonament

PERIOADA	VALOAREA
1 LUNĂ	9,00 LEI
2 LUNI	18,00 LEI
3 LUNI	27,00 LEI
4 LUNI	36,00 LEI
5 LUNI	45,00 LEI
6 LUNI	54,00 LEI

Abonamente 2021

Abonaţi-vă la revista Magazin direct la redacţie!

Abonamente 2021

Modalităţile de abonare sunt următoarele:

1. Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.
2. Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
   – RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
   – RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 38 euro sau 45 $,
– 6 luni: 75 euro sau 90 $,
sume virate în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL

DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc Scara Etaj 1 Ap.
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel.
C.N.P.
Expeditor
Localitatea
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR.

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE 0722625622

SERIE NOUĂ - 1554 • ANUL LXIV • 24 IUNIE 2021 • 16 PAGINI • 3 LEI Nr. 25 (3304)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Spectacolul cunoaşterii

OUMUAMUA
– un „aisberg spaţial”?

Femina club

Lecţii de nutriţie

Câte proteine poate absorbi organismul

Dosarele frumuseţii

Crema adecvată

Consultaţii fără plată

Protejarea
SĂNĂTĂŢII

«Când nu eşti sigur de caracterul unui om, priveşte-i prietenii.»

Proverb japonez

Supravieţuind Apocalipsei 2

DEOCAMDATĂ NU ŞTIM DACĂ ŞI CÂND S-AR PRODUCE O APOCALIPSĂ care să distrugă Pământul, dar putem admite că nu toată civilizaţia umană până la ultimul individ ar dispărea în cataclism. Ar trebui să existe nişte supravieţuitori pentru ca totul să o ia de la început, aşa că întrebarea pe care o pune *LiveScience* este mai mult decât interesantă: care ar fi numărul minim de oameni supravieţuitori pentru ca civilizaţia terestră să nu fie condamnată la extincţie totală, asemenea dinozaurilor?

Ar fi nevoie de un număr mare de indivizi norocoşi sau de unul relativ restrâns? Presupunând că există unii supravieţuitori, de câţi oameni ar fi nevoie pentru a menţine specia noastră? Sute, mii, sute de mii?

Răspunsul scurt la aceste întrebări este „depinde”.

Şi acest „depinde” se referă la condiţiile diferite pe care ar trebui să le suporte civilizaţia umană.

De exemplu, un război nuclear ar putea declanşa o iarnă nucleară, supravieţuitorii ar trebui să se confrunte cu temperaturi de îngheţ în plină vară, foamete globală, ca să nu mai vorbim de expunerea la radiaţii.

Cu toate acestea, lăsând deoparte unele dintre aceste condiţii şi concentrându-ne pe dimensiunea populaţiei, numărul minim este probabil foarte mic comparativ cu cei aproximativ 7,8 miliarde de oameni în viaţă în prezent. „Cu supravieţuitori în număr de câteva sute, probabil că s-ar putea supravieţui timp de multe secole. Populaţii mici, de acest nivel, au supravieţuit timp de secole şi poate milenii de-a lungul istoriei planetei”, susţinea pentru *LiveScience* Cameron Smith, profesor asistent adjunct în cadrul Departamentului de antropologie de la Universitatea de Stat Portland din Oregon.

Cercetările lui Smith asupra civilizaţiilor umane timpurii şi a colonizării spaţiale îi oferă o perspectivă destul de bună asupra speranţelor noastre de supravieţuire după o apocalipsă.

În viziunea lui Smith, este de aşteptat ca marile aglomerări umane, oraşele, să fie cele mai vulnerabile dacă civilizaţia globală s-ar destrăma în urma unei Apocalipse, deoarece indivizii care trăiesc în aceste locuri nu produc nimic şi îşi importă aproape toată mâncarea, depinzând în mare măsură de electricitatea produsă în altă parte.

Prin urmare, populaţiile supravieţuitoare ar trebui să părăsească marile aglomerări, să se răspândească în mici grupuri care să găsească resursele de hrană. În perioada neolitică timpurie (începând cu sfârşitul ultimei ere glaciare, cu aproximativ 12.000 de ani în urmă), când oamenii au început să cultive pământul, existau multe aşezări mici la nivel mondial, cu populaţii variind de la câteva sute până la aproximativ 1.000 de indivizi, potrivit lui Smith.

„Trebuie să fi fost populaţii destul de independente, dar bănuiesc că aveau şi legături matrimoniale, şi de împerechere, cu alte sate. Şi într-un scenariu apocaliptic, îmi imaginez că acelaşi lucru se va întâmpla şi în viitor”.

O populaţie supravieţuitoare de doar câteva sute de oameni ar avea nevoie de un mod de a menţine un sistem de reproducere, mai spune Smith. Consangvinizarea sau reproducerea între indivizi strâns înrudiţi este o provocare majoră cu care se confruntă populaţiile mici.

Consecinţele consangvinizării pot fi demonstrate odată cu căderea dinastiei spaniole habsburgice, care a condus Spania în secolele al XVI-lea şi al XVII-lea. Dinastia a păstrat în mod regulat căsătoria în familie până în 1700, când linia genealogică s-a încheiat cu un rege infertil şi deformat facial, regele Carol al II-lea, scrie *LiveScience*.

Un scenariu similar s-ar putea întâmpla unei populaţii umane reduse, cu opţiuni de reproducere limitate după o Apocalipsă, cu excepţia cazului în care aceasta ar avea o suficientă diversitate genetică pentru a evita uniunile între rude. Un număr suficient de indivizi de vârstă reproductivă de sex opus, cunoscut sub numele de *dimensiunea efectivă a populaţiei*, ar fi, de asemenea, necesar pentru a avea încrucişări reproductive cu succes.

> **„AŞADAR, EXISTĂ ŞI UN SCENARIU AL „BULGĂRELUI DE ZĂPADĂ” CARE AR ÎNSEMNA CONLUCRAREA MAI MULTOR CAUZE DRAMATICE CARE SĂ DUCĂ LA DISPARIŢIA OMENIRII. E POSIBIL, DAR LIVESCIENCE PUNE O ÎNTREBARE PRAGMATICĂ: TOTUŞI, DE CÂŢI SUPRAVIEŢUITORI AI APOCALIPSEI AR FI NEVOIE PENTRU CA OMENIREA SĂ NU DISPARĂ COMPLET?**

Seth Baum, cofondator şi director executiv al *Global Catastrophic Risk Institute*, un grup de reflecţie independent, analizează riscul producerii unor catastrofe globale. El este în favoarea prevenirii potenţialelor catastrofe, ceea ce în cazul războiului nuclear, de exemplu, înseamnă asigurarea unor relaţii adecvate între ţările cu arme nucleare. Cu toate acestea, cercetarea lui Baum include şi perspectiva construirii de refugii pentru a proteja oamenii în cazul apariţiei unei catastrofe globale. „În cazul unei catastrofe, vom dori să avem unele dintre aceste garanţii, astfel încât cel puţin o populaţie să poată continua”, mai spunea Baum pentru *LiveScience*.

Un factor important în orice fel de refugiu este abilitatea de a izola un grup de indivizi de orice efecte negative, potrivit lui Baum. De exemplu, anumite ţări insulare, cum ar fi Noua Zeelandă şi Australia, s-au transformat efectiv în refugii la scară largă în timpul pandemiei de coronavirus, ţinând în frâu, în mare parte, răspândirea virusului.

Un pas în plus ar fi să avem un refugiu în caz de catastrofă apocaliptică, undeva pe Pământ, spunea Baum, „după modelul *Global Seed Vault* din Svalbard, Norvegia, care păstrează copiile de rezervă ale tuturor seminţelor lumii în siguranţă, în interiorul unui munte. „Iar ceva mult mai ambiţios ar fi un refugiu pentru oameni care nu se află pe planetă”, a spus Baum.

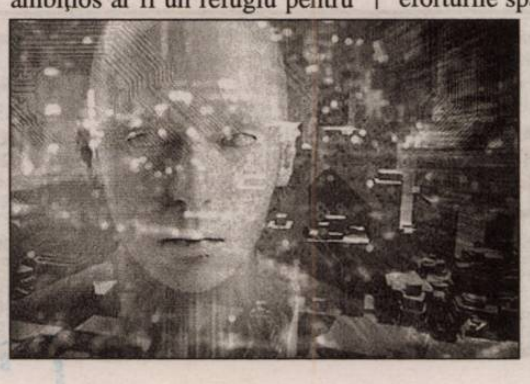
Supravieţuire în spaţiul cosmic

Şi acest refugiu relativ sigur ar fi pe altă planetă din spaţiu. Deci, în situaţia ipotetică în care un număr de oameni au reuşit să evadeze pe alt corp ceresc pentru a evita Apocalipsa, care ar fi numărul minim de oameni necesari pentru a supravieţui în spaţiu?

O primă aproximaţie vorbeşte de un echipaj de pornire de doar 98 de persoane care ar fi suficient pentru o călătorie de 6.300 de ani (călătorind într-o navă spaţială ipotetică la viteze posibile cu tehnologia actuală) până la *Proxima Centauri b*, o exoplanetă asemănătoare Pământului, care orbitează în jurul *Proxima Centauri*, cea mai apropiată stea de noi, potrivit unui studiu din 2018 publicat în *Journal of the British Interplanetary Society* condus de Frédéric Marin, astrofizician la Universitatea din Strasbourg, Franţa, care studiază antropologia spaţială.

Acest echipaj spre *Proxima Centauri b* nu ar fi format dintr-un eşantion aleatoriu de 98 de oameni, ci mai degrabă 49 de perechi de reproducere fără legătură, gata să-şi transmită genele lor. Populaţia ar rămâne genetic diversă şi sănătoasă în timp, în anumite condiţii, astfel încât, de exemplu, creşterea echipajului ar trebui să fie monitorizată şi restricţionată.

Pe de altă parte, un echipaj de pornire mai mare de 500 ar fi probabil o alegere mai sigură, deoarece ar fi mai probabil să-şi păstreze diversitatea genetică cu mai multe perechi de reproducători, potrivit unui studiu realizat de Marin şi colegii săi. Smith a recomandat să nu se utilizeze numere minime absolute în eforturile spaţiale.



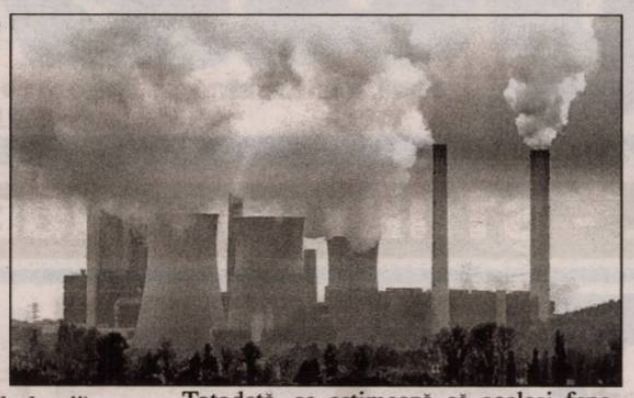
Întrebarea este: evident, mai mulţi colonişti, înseamnă şanse mai mari, dar, de câte nave spaţiale ar fi nevoie pentru aceste călătorii spaţiale pentru un rezultat de succes?

GEORGE CUŞNARENCU

25
5 948427 000171

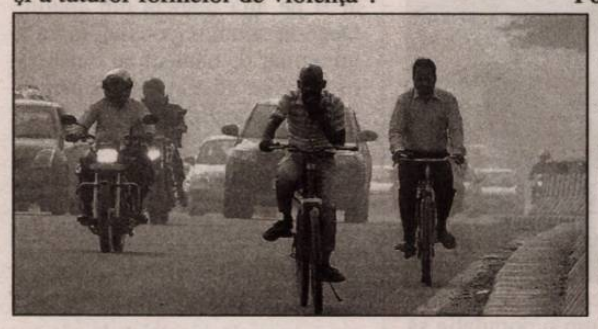
Poluarea decimează omenirea

S-ar putea spune, la fel de corect, şi că omul îşi sapă singur groapa, fiindcă poluarea actuală este determinată aproape exclusiv de acţiunile umane. Iar ideea de decimare nu este deloc exagerată, din nefericire.



Aarătat-o limpede asociaţia C40 (a primarilor din 91 de mari oraşe ale lumii), mobilizaţi recent pentru a discuta despre problemele curăţeniei aerului şi despre climă. Concluzia au emis-o într-un singur cuvânt, care ar trebui să spună totul: „Urgenţă!".

Statisticile vin să concretizeze motivaţia semnalului de alertă maximă: pe plan global, nu mai puţin de un deces din şase este cauzat de poluare, în cele mai multe cazuri fiind vorba despre contaminarea aerului, a apelor şi a locurilor de muncă. Acest bilanţ reprezintă „de trei ori mai mulţi morţi decât de SIDA, tuberculoză şi paludism la un loc şi de 15 ori mai mulţi decât victimele războaielor şi a tuturor formelor de violenţă".

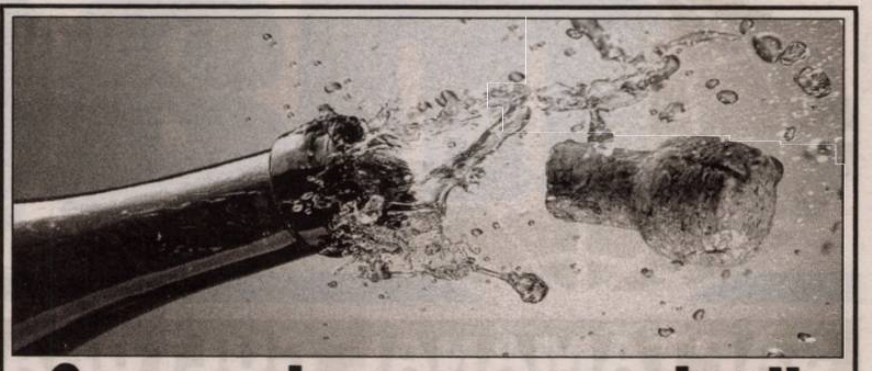


Totodată, se estimează că acelaşi fenomen legat de maladiile imputabile cu certitudine poluării determină în fiecare an 16% din totalul deceselor premature. Asemenea boli sunt cele cardiace, AVC, cancerul pulmonar şi bronhopneumopatia cronică obstructivă, apoi afecţiunile gastrointestinale şi infecţiile parazitare.

În contextul dat, cele mai afectate sunt populaţiile sărace de pe toate continentele. În timp ce rapoartele oficiale insistă pe costurile economice imense ale poluării globale (peste 4.600 miliarde de dolari pe an, adică 6,2% din bogăţia economică mondială), oamenii de ştiinţă trag semnalul de alarmă.

Potrivit acestora, fenomenul afectează în primul rând populaţiile vulnerabile şi sărace. Transformate într-un fel de „carne de tun" de către cei ce stăpânesc şi conduc domeniile poluante, dar aducătoare de profituri fabuloase, ţările cu venit scăzut şi mediu bifează 92% din totalul deceselor respective.

Între ele, zonele cele mai populate de pe planetă, din India, Pakistan, China, Madagascar, Kenia. Şi cercetătorii nu sunt deloc optimişti: ei afirmă că evaluările sunt „probabil, subestimate, ţinând cont de faptul că numeroşi poluanţi chimici emergenţi încă nu au fost identificaţi".



Şampanie „supersonică"

Cercetătorii Universităţii din Reims Champagne-Ardenne (Franţa) au descoperit înteresante şi insolite similitudini între deschiderea sticlei de şampanie şi motorul rachetelor sau al avioanelor militare supersonice. Un fenomen relativ simplu şi deloc dificil de observat: atunci când comprimăm aerul cu ajutorul pompei de bicicletă (foarte simplu spus, „umflăm roata"), uneori aceasta se încălzeşte.

Este cât se poate de normal: mărirea presiunii provoacă şi o ridicare a temperaturii. Şi invers: un gaz supus decompresiei se răceşte. Este principiul simplu de funcţionare a frigiderelor: electricitatea serveşte la compresia unui gaz până la lichefiere (ceea ce degajă căldura pe care o putem depista în spatele aparatului electrocasnic), înainte de a-l elibera într-un circuit din interior, ceea ce determină „îngheţarea" refrigeratorului.

În momentul deschiderii şampaniei, este vizibil un mic abur alb ieşind din sticlă: particule microscopice de apă îngheţată, emise timp de câteva milisecunde, la scăderea bruscă a presiunii.

La temperatura ambientală (20ºC), detenta este violentă, ea determinând îngheţarea bioxidului de carbon din aer. Cercetătorii au folosit o cameră video ultrarapidă (12.000 de imagini pe secundă, de 500 de ori mai mult decât discerne ochiul uman!), pentru a constata ulterior că jetul expulzat din sticlă atinge până la încredibila viteză de 2 Mach (de două ori mai mult decât viteza sunetului).

Totuşi, dopul ţâşneşte cu numai 60-70 km/oră; „din fericire", spun cercetătorii. Prin comparaţie, la avioanele de luptă se formează în siaj undele de şoc denumite „discuri Mach". De fapt, este vorba despre exact acelaşi fenomen, atâta doar că sticla de şampanie nu poate fi astfel folosită în scopuri agresive.

Cel care se înterpune, protector, în calea undelor de şoc este chiar dopul, care acţionează la fel ca un scut. Iar pentru a nu avea neplăcuta surpriză ca – totuşi – deschiderea şampaniei să devină un... casus belli, *se recomandă consumul acesteia la 8-14ºC, o temperatură cât se poate de „paşnică".*

„Fără limite"

Să vorbim corect!

Am scris de multe ori despre invazia „englezismelor" în limba română. Şi nu numai ea! S-a scris, s-a protestat, s-a ironizat, dar totul pare a fi fost inutil. Nu vorbim despre neologisme absolut necesare ci despre schimonoseli ca „face sens" sau traduceri aiuritoare ca „patetic" în loc de jalnic.

Vorbim ca în vodevilurile lui Vasile Alecsandri înlocuind însă ifosele franţuzeşti de atunci cu cele anglo-saxone din zilele noastre.

Am auzit chiar şi un cuvânt care pur şi simplu mi-a tăiat respiraţia. Un personaj important se lăuda la televizor că a făcut eforturi „limitless". Acu' ce-i drept a fost uşor de ghicit sensul acestui adjectiv, dar ne întrebăm de ce a fost folosit acest „less" (însemnând „fără") când de ani şi ani noi folosim asemenea derivate negative cu prefixul „ne". Spunem „neaşteptat", „neîntâlnit", „nelimitat" şi tot aşa.

Cu siguranţă însă vorbitorul respectiv nu a vrut să coboare nivelul alocuţiunii sale prin folosirea unor cuvinte înţelese de toţi. *(I.S.)*

Lucruri „imposibil de văzut"

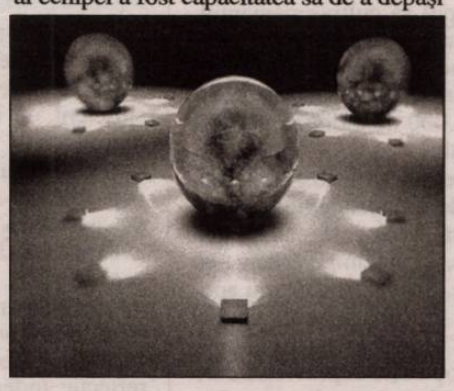
În principiu, dacă ne gândim la aşa-numita lume microscopică, înţelegem foarte bine ce ar putea să însemne aceste „lucruri imposibil de văzut": structuri biologice sau non-biologice cu dimensiuni extrem de mici, astfel că nu pot fi observate decât cu ajutorul aparaturii special concepute în acest scop.

Dacă însă ne putem forţa mintea să facă un pas imaginar mai departe, aflăm că actualul progres al ştiinţei şi tehnologiilor de vârf face posibil chiar şi... imposibilul.

Concret, cercetătorii de la Universitatea Queensland din Australia au creat un microscop cuantic care poate dezvălui structuri biologice minuscule, altfel imposibil de văzut. Acesta deschide calea pentru aplicaţii în biotehnologie şi s-ar putea extinde mult mai mult în domenii complexe şi diferite, de la deplasarea vehiculelor aeriene sau maritime până la imagistica medicală şi resurse.

Microscopul se bazează pe domeniul descris de Einstein ca „interacţiuni fantomatice la distanţă".

„Acest avans va duce la numeroase noi tehnologii, de la sisteme de navigaţie mai bune la maşini de rezonanţă magnetică mai bune", afirmă prof. Warwick Bowen, de la Laboratorul de Optică Cuantică UQ. Unul dintre succesele majore ale microscopului cuantic al echipei a fost capacitatea sa de a depăşi o „barieră dificilă" în microscopia tradiţională bazată pe lumină. Cele mai performante asemenea aparate cu lumină folosesc lasere strălucitoare, care sunt de miliarde de ori mai strălucitoare decât Soarele. Sistemele biologice fragile, cum ar fi o celulă umană, pot supravieţui doar o perioadă scurtă de timp în ele şi acesta este un obstacol major, dar noua metodă oferă cu 35% mai multă claritate fără a distruge celula, permiţându-ne să vedem structuri biologice minuscule care altfel ar fi învizibile.



„Comunicarea absolut sigură a fost demonstrată acum câteva decenii ca prima demonstraţie a avantajului cuantic absolut faţă de tehnologiile convenţionale. Acest lucru deschide uşa unor revoluţii tehnologice extraordinare", spune prof. Bowen.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU
Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru

Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef

ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.**

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Oumuamua
un „aisberg spațial”?

Controversatul obiect interstelar care a străbătut sistemul nostru solar în urmă cu patru ani, fiind numit Oumuamua și considerat, la vremea respectivă, fie un asteroid de origine necunoscută fie chiar o navă extraterestră „deghizată” în bolovan cosmic, ar putea fi, de fapt un aisberg spațial din hidrogen, cu vârsta de 35 milioane de ani. Aceasta este ipoteza lansată de un grup de cercetători de la Universitatea Yale.

Ei susțin că obiectul ar fi emanat dintr-un nor molecular gigant, un tip de nor interstelar care permite formarea de molecule, de obicei din hidrogen. Prin contrast, majoritatea celorlalte formațiuni interstelare sunt formate din gaze ionizate.

Deși hidrogenul este cel mai abundent element din Univers, hidrogenul înghețat este rareori observat în natură și necesită temperaturi extrem de scăzute pentru a se forma – dar asemenea temperaturi există în norii moleculari giganți.

Analizând spațiul din jurul Sistemului Solar, experții au găsit două posibile locații de origine pentru Oumuamua (denumire care în dialectul hawaiian înseamnă „sol” sau „iscoadă”): grupul mobil Carina și asocierea Columba. Ambele grupări de nori moleculari giganți se află în adâncurile spațiului cosmic, la 100, respectiv 160 milioane ani-lumină de Pământ.

O baie fierbinte,
aproape cât o partidă de jogging

Obișnuiți să faceți mișcare după orele de serviciu, pentru a vă menține în formă, dar uneori vă simțiți pur și simplu prea epuizați spre a o face? Ei bine, cercetătorii de la Universitatea Coventry au să vă dea o veste bună: puteți renunța la partida de jogging, la ciclism sau la plimbarea obișnuită pentru a vă delecta în schimb cu o baie fierbinte, deoarece beneficiile pentru sănătate sunt comparabile!

O astfel de baie stimulează fluxul sangvin, crește temperatura corporală și ritmul cardiac la fel cum o fac exercițiile fizice,

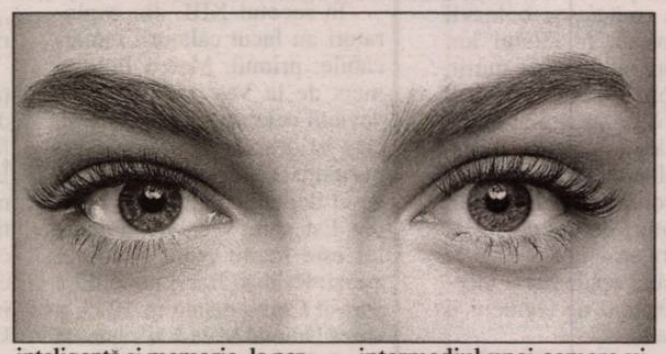
îmbunătățește dezvoltarea celulară și repararea celulelor și, în plus, acționează și ca antidepresiv natural.

Studiul oamenilor de știință britanici a relevat totodată că așa-numitele „proteine de șoc”, unul dintre factorii-cheie în reglarea nivelului de zahăr în sânge sunt produse de organism nu doar prin exercițiu fizic, ci și prin căldură pasivă.

Aceste proteine sunt molecule produse de toate celulele corpului uman, ca reacție la factorii de stres. Cu alte cuvinte, utilizarea pe termen lung a mișcării fizice sau a băilor calde ridică nivelul acestor proteine, reglând insulina și îmbunătățind controlul asupra glicemiei.

Mai mult decât atât, studiind efectele unei băi calde sau ale unei ședințe de saună, savanții britanici au remarcat scăderea tensiunii arteriale, reducerea inflamațiilor și un control mai strict asupra zahărului din sânge la persoanele cu diabet de tip 2.

Oamenii cu pupile mai largi
sunt mai inteligenți



Efectuând o serie de teste de memorie, raționament și atenție pe voluntari, cercetătorii de la Institutul de Tehnologie Georgia, SUA, au descoperit o posibilă legătură între dimensiunea pupilelor oculare și nivelul de inteligență.

Dilatarea pupilelor pare să ofere indicii nu doar în privința gradului de excitație nervoasă și de epuizare fizică, ci și a gradului de inteligență a unei persoane – cu cât pupila este mai largă, cu atât persoana respectivă este mai inteligentă.

Motivul acestei conexiuni ar fi, în opinia savanților americani, o mai bună reglare a activității cerebrale într-o regiune din creier legată de inteligență și memorie, la persoanele cu pupile largi.

Cercetătorii au analizat 500 de voluntari cu vârsta cuprinsă între 18 și 35 de ani, care au completat o serie de teste în timp ce dimensiunea pupilelor era monitorizată de un dispozitiv de supraveghere oculară. Acesta capta reflexiile luminii din pupilă și cornee prin intermediul unei camere video de mare putere. Pentru a crea o bază de pornire, cu pupila în repaus, fiecare voluntar a fost rugat să privească timp de patru minute la un ecran alb.

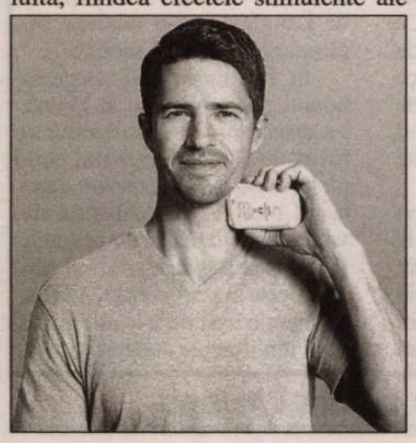
Acest fapt a permis aflarea dimensiunii obișnuite a pupilei la fiecare voluntar, pentru compararea ulterioară cu pupila supusă la diferiți stimuli. S-a observat că diametrul pupilelor varia între 2 și 8 mm și, după efectuarea unor teste de perspicacitate, memorie și capacitate de concentrare, savanții au stabilit că persoanele cu o „mărime de bază a pupilei” mai mare au obținut rezultate mult mai bune, la toate testele, comparativ cu ceilalți participanți la experiment.

Mai mult, oamenii de știință au pus în evidență faptul că dimensiunea pupilei este legată de o regiune numită locus coeruleus, din trunchiul cerebral superior, care se întinde în restul creierului prin conexiuni neuronale. Ea secretă o substanță chimică funcționând ca un neurotransmițător, reglând procese precum percepția, atenția și memoria.

În opinia cercetătorilor, oamenii cu pupile mai largi beneficiază de o reglare mai eficientă a mecanismelor de gândire, datorată extinderii acestei regiuni, ceea ce se traduce prin performanțe cognitive superioare.

Stimulent electronic al nervului vag

Din cauza stilului de viață dezordonat, mulți oameni preferă să-și reîncarce bateriile consumând cantități industriale de cafea – fapt care poate avea urmări negative asupra stării lor de sănătate. Din fericire, nimeni nu va mai fi nevoit să bea cafea cu nemiluita, fiindcă efectele stimulente ale delicioasei licori pot fi obținute și prin utilizarea unui dispozitiv electronic pus la punct în Statele Unite.



Cercetătorii de la firma Infoscitex au testat dispozitivul, proiectat inițial pentru tratarea durerilor de cap, și pe 20 de adulți privați de somn, iar rezultatele au fost peste așteptări. Stimularea electronică a nervului vag a permis prelungirea stării de alertă și a capacității de concentrare cu până la 19 ore, prin comparație cu subiecții din grupul de control, cărora li s-a aplicat doar o metodă placebo.

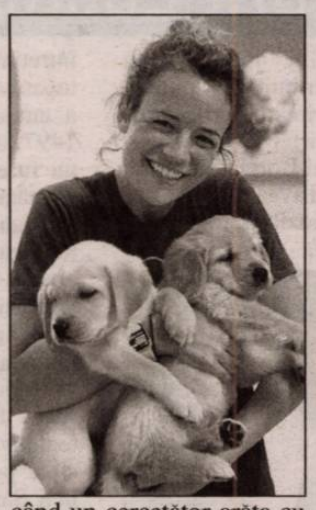
Se știe că nervul vag, cel mai lung din sistemul nervos uman, transmite semnale între creier, sistemul digestiv și alte organe. El a fost legat de starea de bine, dar și de schimbările de stare, iar anterior s-a dovedit că stimularea sa pe cale artificială e de natură să îmbunătățească memoria și abilitățile de învățare. Potrivit inventatorilor, aplicarea pe gât, timp de câteva minute, a dispozitivului gammaCore provoacă șocuri blânde, resimțite ca niște vibrații profunde și generând ușoare contractări ale mușchilor gâtului.

În plan mental, se produce însă o stimulare instantanee a puterii de concentrare, a abilităților de a acționa pe mai multe planuri simultan (multitasking) și o creștere a gradului de atenție, care s-a menținut constant aproape 19 ore, cu un vârf la 12 ore după aplicare.

De ce sunt câinii „cei mai buni prieteni ai omului”

Câinii, se credea până acum, ajung să fie „cei mai buni prieteni ai omului” numai prin dresaj; iată însă că studii recente au dovedit că ei sunt pur și simplu determinați genetic să creeze o legătură indisolubilă cu ființa umană, încă de la vârste foarte mici.

Cercetătorii au studiat 375 de pui nu mai mari de două luni, din diferite rase canine, toți având interacțiuni extrem de limitate cu oamenii, până la acea vârstă. Cățeilor li s-au dat de îndeplinit o serie de sarcini menite să le determine abilitățile de comunicare socială, fără ca ei să fie supuși vreunui dresaj anterior. Unul dintre teste a relevat că simpaticii patrupezi erau capabili să descopere o bomboană ascunsă sub unul dintre mai multe boluri întoarse cu buza în jos, atunci



când un cercetător arăta cu degetul spre bolul cu pricina.

Pentru a se asigura că patrupedele nu se orientează după miros, bomboana a fost sigilată într-un înveliș de plastic. Toți cățeii au îndeplinit cu succes cel puțin una dintre sarcini, în vreme ce unii din anumite rase – de pildă Golden Retriever s-au dovedit campioni la comunicarea socială bazată doar pe gesturi și contactul ocular.

„Existau dovezi că acest gen de abilități sociale erau prezente la câinii adulți, dar am reușit să demonstrăm că și puii foarte mici sunt biologic pregătiți să interacționeze în mod social, ca și ființele umane aflate la vârste fragede. Această descoperire ar putea releva o importantă parte a istoriei domesticirii, în aceea că animalele care aveau o predispoziție genetică să comunice cu rasa umană au fost selectate din populațiile de lupi, pentru a da naștere primelor rase de câini”, explică dr. Emily Bray de la Universitatea Arizona, una dintre persoanele implicate în inedital studiu.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

„Ciuma lui Pericle” – o formă de Ebola?

Timp de secole, epidemia care a cuprins Atena în anul 430 î.Hr. a reprezentat un mister. Relatările istorice şi noile tehnologii ne-ar putea însă ajuta să identificăm vinovatul.

Cu un an înainte, între cele două mari puteri ale Greciei, Sparta şi Atena, izbucnise războiul peloponesiac, care va dura 25 de ani şi se va încheia cu victoria spartanilor. Dar nu vitejia acestora şi nici tehnicile de luptă mai bune vor da Atenei lovitura de graţie, ci un inamic nevăzut: o boală bizară, care va ucide aproape o treime din populaţia oraşului.

Totul a început în primăvara lui 430 î.Hr., când localnicii din Piraeus, portul Atenei, au căzut pradă unei molime cum nimeni nu mai cunoscuse. Maladia s-a răspândit rapid, ajungând în insula Lemnos din nordul Mării Egee şi în alte locuri. La Piraeus a fost lansat zvonul că boala fusese provocată de otrăvirea fântânilor de către spartani.

În doar câteva săptămâni, molima s-a extins până în centrul Atenei, afectând oameni de toate vârstele şi condiţiile sociale. Strategia liderului atenian, Pericle, de a aduce oamenii din Attica rurală între zidurile Atenei, spre a-i „proteja” nu a făcut decât să crească rata de infectare. Cinci ani mai târziu, când epidemia s-a stins, între 25% şi 35% din populaţia ateniană pierise, potrivit estimărilor.

Principala sursă de informare despre epidemie este istoricul Tucidide, care nu doar că a fost martor direct, ci a făcut el însuşi boala, reuşind totuşi să scape cu viaţă. În „Istoria războiului peloponesiac”, Tucidide îşi exprimă convingerea că epidemia ar fi apărut în estul Africii, pe teritoriul actualului Sudan.

De aici, ea s-a răspândit, prin intermediul corăbiilor de comerţ, spre nord, în Egipt şi Libia, şi spre est, în Imperiul Persan, înainte de a ajunge în Grecia. Descrierea pe care istoricul o face bolii este impresionantă: „Oameni pe deplin sănătoşi se trezeau deodată atacaţi de fierbinţeală, li se înroşea pielea şi li se inflamau ochii, iar părţile interne, ca gâtul sau limba, deveneau însângerate şi răspândeau o respiraţie fetidă, nefirească.” Printre simptome se numărau „strănut şi răguşeală”, iar când boala ataca pieptul provoca „o tuse puternică”, apoi afecta stomacul, unde genera „descărcări de bilă şi spasme violente”.

La acel moment, victima era aproape muribundă. Suferinzii descriau că sunt cuprinşi de un „foc lăuntric”, care-i făcea adesea să rupă hainele de pe ei şi să se arunce în apa râurilor, a lacurilor sau a mării, într-o încercare disperată, dar zadarnică de a se răcori. Ei cunoşteau o „sete neostoită”, urmată de insomnii extreme, care îi epuizau.

Tucidide raportează că moartea survenea de obicei în şapte până la nouă zile de la infectare. Cei care reuşeau să depăşească primul stadiu, respirator, al bolii, căpătau de obicei victime stadiului al doilea, digestiv, caracterizat printr-o severă ulceraţie a intestinelor şi diaree hemoragică; slăbiciunea instalată ulterior în organism era de obicei fatală.

Şocantă, pentru atenienii acelor vremuri, a fost contagiozitatea bolii – practic toţi cei care intrau în contact cu bolnavii se îmbolnăveau, la rândul lor. Aproape toţi medicii au murit, iar mulţi bolnavi, care probabil ar fi scăpat dacă ar fi fost îngrijiţi, au fost lăsaţi să moară, iar casele lor ocolite cu spaimă. Chiar şi Pericle, conducătorul atenian, a murit, alături de cei doi fii ai săi şi de sora sa – în final, pe la 425 î.Hr., când epidemia a încetat, circa 100.000 de atenieni îi căzuseră pradă.

Multă vreme s-a crezut că boala ar fi fost o formă de ciumă – de aceea a şi fost numită „Ciuma lui Pericle”. Dar experţii moderni sugerează, pornind de la rămăşiţele umane descoperite în gropile comune din acea perioadă şi de la simptomele descrise de Tucidide, că ar fi fost de fapt o variantă de Ebola şi că într-adevăr era originară din estul Africii.

Fotodocument

Avioane cu bomb... oane

Acest instantaneu, surprins pe 18 iulie 1948, este poate singurul din istorie în care un „bombardament” aerian este primit cu bucurie de cei aflaţi la sol. Motivul? Avionul, un C-54 Skymaster american (care făcea parte din podul aerian lansat de Aliaţi pentru ajutorarea Berlinului, aflat sub blocadă sovietică), arunca nu bombe, ci bomboane! Numit de copiii berlinezi „Der Schokoladen Flieger” („Zburătorul cu ciocolată”) avionul a fost pilotat de colonelul Gail S. Halversen, care la prima misiune a lansat cu paraşuta raţiile de ciocolată ale lui şi colegilor săi aviatori, pentru a face o bucurie copiilor germani. Gestul a fost reluat de întreaga escadrilă umanitară, astfel că la momentul când sovieticii au ridicat blocada, în septembrie 1949, piloţii americani lansaseră 250.000 de paraşute şi 23 de tone de bomboane şi ciocolată!

Bar Sauma – un Marco Polo asiatic

În secolul XIII, doi exploratori au făcut călătorii remarcabile: primul, Marco Polo, a mers de la Vest spre Est şi a devenit celebru, graţie cărţii în care îşi descrie fabuloasele experienţe şi descoperiri. Cel de-al doilea s-a îndreptat dinspre Est spre Vest, iar numele lui este foarte puţin cunoscut astăzi: Rabban Bar Sauma. El a părăsit China natală în 1275, a urmat Drumul Mătăsii şi a ajuns la Bagdad, apoi şi-a continuat drumul prin Europa, până la Paris.

Născut pe la 1220 în China, Bar Sauma provenea din neamul uigurilor, un grup etnic turcic originar din Asia Centrală. Crescut în credinţa nestoriană (o ramură a creştinismului care s-a desprins în secolul V de Biserica oficială şi a devenit răspândită în Persia, extinzându-se ulterior în China), el a devenit călugăr la vârsta de 23 de ani. Titulatura de „Rabban” era una onorifică, însemnând „maestru”, şi i-a fost dată mult mai târziu.

Spre deosebire de Marco Polo, care şi-a început faimoasa călătorie la doar 17 ani, Bar Sauma a devenit pelerin după 30 de ani. La vârsta de 55 de ani, el a decis să viziteze locurile sfinte unde religia lui apăruse. În cursul extraordinarelor sale călătorii, el va forma o incredibilă alianţă între mongoli şi creştini, pentru a căuta ajutorul Europei împotriva armatelor musulmane.

Însoţit de mult mai tânărul său confrate, Rabban Marcos, Bar Sauma şi-a vândut toate bunurile şi a pornit la drum. Ca şi Polo, cei doi au beneficiat de unificarea teritoriilor asiatice din jurul Drumului Mătăsii de către Ginghis Han, călătorind într-o perioadă de stabilitate numită Pax Mongolica.

După ce au străbătut deşertul Takla-Makan, au ajuns la oaza Hotan, apoi au mers prin munţii Afganistanului şi prin deşertul iranian. După doi ani au ajuns la Bagdad, sediul „catholicos” – patriarhul Bisericii Nestoriene.

Bar Sauma şi Marcos intenţionau să ajungă la Ierusalim, dar conflictul din Ţara Sfântă a făcut imposibil acest deziderat. În schimb, au călătorit în Armenia şi au rămas la o mănăstire de aici, înainte de a fi rechemaţi la Bagdad de catholicos Denha I. Acesta i-a trimis într-o ambasadă la Abagha, ilkhanul mongol, unul dintre urmaşii lui Ginghis, încercând să făurească o alianţă contra musulmanilor.

Moartea neaşteptată a lui Denha a fost urmată de alegerea în funcţia de catholicos a lui Marcos, astfel încât Bar Sauma îşi va continua singur peregrinările. Impresionat de abilităţile diplomatice ale călătorului chinez, hanul mongol a decis să-l trimită în Europa, pentru a solicita suveranilor occidentali o nouă cruciadă. La mai bine de 60 de ani, Bar Sauma a pornit iar spre Vest, ajungând mai întâi la Constantinopol. De aici, a călătorit în Italia, la Roma, în iunie 1287, dar cum papa tocmai murise şi succesorul lui nu fusese încă ales, şi-a continuat drumul spre Franţa.

A fost bine primit la curtea lui Filip cel Frumos şi ulterior l-a cunoscut şi pe regele Eduard I al Angliei, care-şi avea pe atunci reşedinţa la Bordeaux. Eduard i-a promis ajutor economic şi militar, dar nu-şi va ţine cuvântul. Chiar şi aşa, întâlnirea dintre cei doi a avut un impact: în 1291, suveranul englez a trimis un cavaler, Sir Geoffrey de Langley, într-o misiune diplomatică la hanul mongol.

În februarie 1288 alegerea noului papă, Nicolae al IV-lea, l-a determinat pe Bar Sauma să revină la Roma. Suveranul pontif i-a înmânat o scrisoare către hanul mongol, dar călătorul nu va apuca să i-o mai ofere acestuia. Reîntors la Bagdad, va muri aici ca oaspete al patriarhului Marcos, nu înainte însă de a-şi aşterne în scris uimitoarele călătorii.

Astăzi în istorie

24 iunie 1519

A murit Lucrezia Borgia

Fiică a cardinalului spaniol Rodrigo Borgia (devenit ulterior papa Alexandru al VI-lea) şi a amantei acestuia, frumoasa Vannozza Catanei, Lucrezia Borgia a avut parte de o educaţie aleasă şi a fost, poate, una dintre cele mai nedreptăţite figuri din istorie, fiind acuzată de multe crime şi excese.

De fapt, istoricii susţin că ea a fost mai curând doar un instrument maleabil în mâinile sceleratului ei tată şi ale ambiţiosului ei frate, Cesare Borgia, decât o participantă activă la crimele acestora.

Cele trei mariaje succesive ale ei, cu membrii unor importante familii italiene, au contribuit din plin la sporirea puterii politice şi teritoriale a clanului Borgia. În 1493, când avea doar 13 ani, Lucrezia a fost căsătorită cu Giovanni

Sforza, reprezentatul puternicii familii milaneze. Dar, când papa s-a aliat cu Neapole, iar Milanul a trecut de partea Franţei, Giovanni a fugit din Roma, temându-se pentru viaţa lui şi a acuzat-o pe Lucrezia că ar fi întreţinut relaţii incestuoase cu tatăl ei. Papa a anulat căsătoria în 1497, declarând că ea nu fusese consumată. Căutând să-şi întărească legăturile cu regatul Neapolelui, papa a aranjat apoi mariajul Lucreziei cu fiul nelegitim al regelui Alfonso al II-lea.

În iulie 1500, tânărul a fost ţinta unei tentative de asasinat, chiar pe treptele basilicii San Pietro, dar a scăpat cu viaţă. Pe când se întrema, unul dintre slujitorii lui Cesare Borgia l-a strangulat însă, uciderea lui provocând ruptura cu Neapole. Lucrezia s-a retras la Nepi şi în această perioadă a fost zărit pentru prima dată misteriorul Infans Romanus (copilul roman), un băiat de trei ani numit Giovanni care aparent era fiul răposatului soţ, deşi zvonurile lansate au afirmat că adevăratul tată era chiar papa!

Pe 30 decembrie 1501 Lucrezia a fost măritată din nou, de astă dată cu Alfonso d'Este, fiul ducelui de Ferrara. Moartea lui Alexandru al VI-lea, în 1503, a făcut ca Lucrezia să înceteze să mai joace vreun rol politic. Aflată la curtea din Ferrara, ea a devenit o protectoare a artelor şi în ultimii ani de viaţă s-a îndreptat către religie. A murit la vârsta de 39 de ani, din cauza complicaţiilor apărute după naşterea celui de-al zecelea copil al ei.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

E bine de știut

Anxietate și aromaterapie

În ultimul an, pandemia, dincolo de frica îmbolnăvirii de Covid 19, a generat numeroase alte probleme medicale, și dacă ar fi să numim doar două dintre ele ar fi vorba despre anxietate, care uneori poate lua proporții și atacurile de panică.

Anxietatea, într-o anumită doză este o parte normală a vieții, care ne face conștienți în fața unui pericol și ne ajută să calculăm în anumite situații riscurile. Totuși, spun specialiștii, suportabilitatea stresului are o limită. Când stresul atinge proporții alarmante și se suprapun și atacuri de panică este timpul să luăm măsuri.

De exemplu, studii laborioase au arătat că aromaterapia vă ajută să vă relaxați și să dormiți mai bine.

Influențează pozitiv starea de spirit, reduce frecvența cardiacă și tensiunea arterială. Pentru ameliorarea anxietății sunt utile uleiurile esențiale de bergamotă, de lavandă, de salvie, sau de grepfrut.

Fumătorii ajung de multe ori la țigară în perioadele stresante. Cu toate acestea, la fel ca și consumul de alcool, fumatul poate părea o soluție rapidă, dar care poate agrava, în timp simptomele. În loc să fumați, ați putea să luați din când în când pauze, dar nu de țigară. Savurați un ceai de plante. Încercați să faceți mișcare și să înlocuiți obiceiul de a fuma cu alte activități plăcute. Pauza poate fi luată și pentru a gusta câteva fructe și legume de sezon.

Și dieta este importantă în cazul anxietății. Nivelurile scăzute de zahăr din sânge, deshidratarea sau substanțele chimice din alimentele procesate (conservanții, aromele și coloranții artificiali) pot provoca modificări ale dispoziției. Dar și o dietă bogată în zahăr poate accentua anxietatea. Atenție deci la obiceiurile alimentare. Consumați alimente bogate în carbohidrați complecși, fructe, legume și proteine slabe și hidratați-vă suficient.

În caz de anxietate cronică, cofeina nu este prietena dumneavoastră. Poate crește nervozitatea, poate accelera bătăile inimii, poate provoca un atac de panică. Cercetările au arătat că poate agrava tulburările de anxietate. Eliminarea cofeinei poate limita semnificativ simptomele.

Dr. ANDY ANDREI

Culoare și imaginație

Doriți să realizați o schimbare ambientală fără un efort financiar deosebit? Aveți nevoie de imaginație și să mizați pe culoare. Pentru a crea o armonie în spațiul dumneavoastră ambiental, în ciuda absenței unității dintre piesele de mobilier mizați pe culoare.

Înconjurați-vă de perne colorate, cu modele florale sau în dungi. Vaze de flori de forme și culori diferite, un abajur pictat în culori vii. Buchete de flori proaspete, naturale, plasate pe măsuța de cafea, dar nu numai. O pată de culoare o reprezintă și ceștile din porțelan, cu motive florale, în culori deosebit de atrăgătoare.

Lecții de nutriție

Câte proteine poate absorbi organismul

Atunci când vine vorba despre capacitatea organismului de a absorbi proteine părerile sunt împărțite. Unii susțin că nu poate absorbi mai mult de 20-30 de grame de proteine. Alții insistă însă că organismul utilizează toate proteinele ingerate.

Ideea că organismul poate utiliza doar o anumită cantitate de proteine a devenit larg răspândită printre nutriționiști. Dar ce spun studiile despre asta, ne comunică dr. nutriționist Cristian Panaite.

• *Rolul proteinelor în construirea musculaturii*

Preocuparea pentru proteine a apărut inițial pe forumurile de bodybuilding. Antrenorii de bodybuilding sunt deosebit de interesați de capacitatea proteinei de a construi și repara musculatura.

Într-un studiu, cercetătorii au descoperit că o masă care conține 30 grame de proteine stimulează activitatea musculară cu 50%. Asta dacă aportul de proteine este repartizat pe toată durata zilei, nu la o singură masă. S-a dovedit însă că o cantitate mai mare de proteine nu a creat un impuls mai mare al sintezei musculare. În medie, subiecții care au consumat 90 grame de proteine au primit aceleași beneficii cu subiecții care au consumat 30 grame.

Evident că cineva care deține o masă musculară mai mare are nevoie de un aport proteic mai mare decât o persoană care nu este atletică.

• *Aportul proteic ideal*

Fiecare proteină este alcătuită din molecule speciale numite aminoacizi. Atunci când digeră proteine, corpul descompune aminoacizii și apoi îi utilizează pentru a construi enzime, hormoni, molecule de transport și depozitare etc. Proteina este un nutrient esențial, deoarece corpul nu poate obține aminoacizi din grăsimi sau carbohidrați. Fără aminoacizi și enzime, viața nu este posibilă. Organismul prioritizează utilizarea aminoacizilor, astfel încât doar atunci când organismul are toți aminoacizii de care are nevoie îi folosește ca sursă de energie sau calorii.

Specialiștii consideră că atât timp cât o persoană nu consumă mai multe calorii decât arde, nu există niciun dezavantaj în utilizarea proteinelor ca sursă de energie. Dimpotrivă, proteinele se digeră mai greu decât carbohidrații, ceea ce înseamnă că acestea pot fi de mare ajutor în controlul aportului caloric și în gestionarea greutății.

Așadar, în ceea ce privește aportul ideal al proteinelor, ultimele studii consideră că 50 de grame pe zi, adică 10% din totalul zilnic de calorii, sunt suficiente pentru o persoană de talie medie. Acest nivel proteic este recomandat inclusiv vegetarienilor.

Dacă vreți să obțineți o stimulare pentru clădirea musculaturii și a metabolismului, puteți să mergeți și până la 35% din totalul zilnic de calorii, dacă nu aveți probleme medicale specifice.

Începeți chiar de azi și introduceți proteine de calitate în alimentația dumneavoastră. Alegeți o mâncare de soia boabe la prânz, alături de o salată generoasă din legume cu frunze verzi, ne îndeamnă dr. nutriționist Cristian Panaite.

Dosarele frumuseții

Crema adecvată

O piele sănătoasă, fină și catifelată poate și trebuie întreținută cu o cremă de corp adecvată. Adecvată pentru că folosirea unui produs nepotrivit va afecta epiderma. Din acest motiv primul pas în alegerea cremei constă în stabilirea tipului de piele: normală, grasă sau uscată.

În cazul în care aveți ***o piele normală*** o puteți menține folosind o cremă care va stimula producerea de colagen. În acest fel epiderma rămâne elastică și fermă. Alegeți creme cu aloe vera și vitamina E.

O piele uscată are nevoie de o atenție specială, aceasta fiind ușor iritabilă și supusă unei îmbătrâniri premature. Alegeți să folosiți creme puternic hidratante, care vor hrăni pielea în profunzime și vor avea și un efect emolient. Evitați produsele care conțin parabeni. Folosiți uleiurile vegetale care vor forma o peliculă protectoare la suprafața pielii. Vă sunt utile uleiurile cu extract de cacao, shea, care vor rezolva problemele pielii uscate.

Dacă aveți ***pielea grasă,*** aveți nevoie de o cremă hidratantă, dar matifiantă, care să vă ajute să se regleze excesul de sebum. Ideale sunt cremele cu extracte de fructe și legume, care au efect astringent, iar pielea va rămâne curată și catifelată. Folosiți creme cu extract de citrice, castravete sau jojoba și evitați unturile de corp.

Gastronomice

Linte cu dovlecel

150 g linte roșie, 500 g dovlecel, 2 morcovi mici, 2 cepe verzi, 6 căței usturoi, o linguriță boabe coriandru, o linguriță curry, 100 ml lapte de cocos, o linguriță ulei de măsline, 1/2 linguriță ienibahar.

Se încinge uleiul într-o tigaie și se pun dovlecelul, morcovii, ceapa și usturoiul tocate. Se adaugă boabele de coriandru, curry-ul și se lasă pe foc aproximativ 10 minute. Apoi se pun laptele de cocos, lintea fiartă, ienibaharul și un pahar cu apă. După ce au dat în fiert, se dă focul mic și se mai lasă 15 minute.

Pulpă de vițel cu sos de usturoi

1 kg pulpă vițel, 2 cepe, 10 căței usturoi, 4 linguri ketchup picant, 2 linguri boia dulce, o lingură cimbru, sare, pătrunjel verde, ulei.

Pulpa de vită se taie felii potrivit de groase, care se bat ca pentru șnițele, apoi se taie în bucăți de 3-4 cm. Într-o cratiță se pune puțin ulei și se prăjesc bucățile de carne. Se pun apoi ceapa tocată mărunt și căței de usturoi feliați. Se pun 2 litri de apă călduță și se lasă să fiarbă. Ketchupul, boiaua, cimbrul și sarea se amestecă și se pun peste carne. Se acoperă cu un capac și se lasă să fiarbă aproximativ 2 ore, completând cu apă dacă mai este cazul. Când carnea este gata, iar sosul a scăzut puțin, se adaugă pătrunjelul tocat.

Prăjitură cu alune

10 ouă, 175 g făină, 500 g zahăr pudră, 250 g alune, 175 g unt, vanilie, 1 pahar mic cu rom.

7 ouă întregi se bat cu 250 g zahăr într-un castron, pe baie de abur. Se adaugă 125 g alune măcinate, 3 ouă, făina, untul topit, vanilia și se amestecă totul bine. Se toarnă într-o formă de tort unsă cu unt și se coace la foc potrivit. Separat, se fierbe un sirop din 250 g de zahăr și un pahar cu apă. Se lasă să se răcească apoi se amestecă bine cu restul de alune prăjite, măcinate și cu romul. Prăjitura gata coaptă se răstoarnă și se acoperă cu această compoziție.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Opinii privind fenomenul OZN

Pe 27 ianuarie 2021, Adam Goldsack de la proaspătul grup britanic FAN Media UK i-a luat un interviu lui Luis Elizondo, fostul responsabil al proiectului OZN al Pentagonului, proiect cunoscut şi sub numele de AATIP.

Elizondo a părăsit Pentagonul în 2017, consacrându-se dezvăluirii adevărului privind fenomenele aerospaţiale neidentificate (FAN). Reproduc rezumat, mai jos, câteva idei din acest amplu interviu.

Un rol important în dezvăluirea care se conturează l-a avut jurnalistul de investigaţie George Knapp. Elizondo nu ar fi surprins dacă Knapp ar avea mai multe informaţii decât se cunoaşte, dar aşteaptă momentul potrivit pentru a le publica. Dar există şi alţi jurnalişti care „au luat torţa", printre care Bryan Bender de la *Politico*, Tucker Carlson de la *Fox News*, Sara Carter, de asemenea de la *Fox News*, Leslie Kean de la *New York Times*, Tim McMillan şi MJ Banias de la *The Debrief*, Billy Cox şi mulţi, mulţi alţii care îşi riscă mereu cariera profesională şi reputaţia pentru a desluşi această enigmă.

Elizondo crede că este extrem de important ca mass-media să aibă acces la date reale şi nu doar la poveşti anecdotice din trecut. Rapoartele mai vechi sunt la fel de importante, dar pentru că ne lipsesc datele tehnice referitoare la aceste incidente, este foarte dificil să construim un caz care să convingă conducătorii politici şi mass-media. Acesta este motivul pentru care cazuri precum cele ale portavioanelor Nimitz sau Roosevelt şi altele sunt importante, deoarece ne oferă o nouă lumină asupra acestor evenimente misterioase şi pentru că datele tehnice disponibile conţin informaţii suplimentare pe care relatările martorilor oculari nu le pot oferi. Acest lucru permite ca mass-media să raporteze cazurile cu încrederea de care este nevoie şi să evite presupunerile, zvonurile şi speculaţiile. Elizondo a precizat: „În ceea ce priveşte eliberarea de informaţii suplimentare de către guvernul SUA, acesta este un subiect pe care nu îl pot aborda, deoarece decizia de a face asta nu depinde de mine. Totuşi sper că vor fi făcute disponibile mai multe informaţii şi salut această decizie dacă va fi luată de guvernul SUA".

Ameninţarea hackerilor

Elizondo a subliniat că securitatea informaţiilor este extrem de importantă, mai ales cunoscând activitatea hackerilor. „Ameninţarea este foarte reală. Imaginaţi-vă pentru o clipă toată tehnologia şi cercetarea americană cu privire la cea mai sensibilă tehnologie nucleară a noastră expuse lumii, sau recentul hack al întregii noastre infrastructuri şi a reţelei electrice aici, în Statele Unite., Este o ameninţare? Răspunsul este pur şi simplu un DA răsunător! Deci, în acelaşi mod, nu ar trebui să presupunem niciodată că toate informaţiile referitoare la FAN şi Statele Unite ar trebui să fie dezvăluite lumii şi să acceptăm pur şi simplu că «buna-credinţă» va prevala".

În legătură cu grupul operativ FAN din Pentagon, au fost discuţii privind finanţarea lui şi asigurarea de resurse. Elizondo spunea că e de apreciat şi simplul fapt că acest „Task Force" a fost creat oficial de Ministerul Apărării. Partea de finanţare este întotdeauna foarte importantă, dar mai important este că grupul operativ trăieşte!

La o întrebare privind originea FAN-urilor şi înţelegerea adevăratei naturi a fenomenului, Elizondo aprecia că rolul guvernului SUA este să exploreze şi să ia în considerare toate aspectele unei probleme care are legătură cu securitatea naţională sau cu sănătatea şi bunăstarea cetăţenilor săi. Dar ar trebui limitată implicarea acestuia în orice aspect filosofic, religios sau de alegere personală. Prin urmare, nu toate întrebările legate de subiectul FAN ar trebui aduse în atenţia guvernului SUA.

Elizondo a spus că dacă ar fi el la conducere, s-ar concentra pe: Ce este? Care este tehnologia din spatele ei? Care sunt intenţiile lor? „Rezolvarea sutelor de întrebări rămase ar trebui lăsată în seama organizaţiilor noastre academice, ştiinţifice şi instituţionale, în colaborare cu aliaţii noştri străini. Spun asta doar pentru că nu aş vrea niciodată ca propriul meu guvern să-şi depăşească limitele şi să creeze o naraţiune care s-ar putea dovedi incorectă".

„În esenţă, orice teorie este bună până se dovedeşte greşită. Cu toate acestea, nu ar trebui să fim tentaţi să

mergem pe o cale în care să ne înşelăm crezând că avem răspunsurile şi că ştim adevărata poveste în acel moment. După cum am spus mai înainte, cred că nu avem încă suficiente date pentru a lua o decizie concludentă cu privire la natura fenomenelor" a spus Elizondo, adăugând că are un mare respect pentru metoda ştiinţifică, dar ea cere ca orice rezultat să fie repetabil, reproductibil şi să poată fi pus la încercare de o persoană de aceeaşi competenţă. Abia apoi el poate fi acceptat ca fapt. Şi aceasta este provocarea pe care trebuie să ne-o asumăm cu toţii.

Întrebat dacă conştiinţa are vreo implicare în fenomenul OZN, Elizondo a spus că nu e calificat să răspundă, problema necesitând probabil experţi în sănătate mintală umană, psihologie şi neuroştiinţe.

Elizondo aprecia în schimb importanţa activismului civil şi diseminarea ideilor şi cazurilor pe platforme precum *UFOTwitter*, care depăşeşte toate graniţele, indiferent dacă sunt economice, rasiale, politice, geografice, etc. Lumea îşi poate face auzită vocea şi poate fi auzită. Asemenea platforme permit revizuirea ideilor făcută de colegi, o dezbatere atentă şi oferă un loc în care oamenii îşi pot exprima preocupările, întrebările, speranţele şi temerile cu privire la acest subiect. Chiar şi unii oficiali de nivel înalt folosesc o asemenea cale pentru a „lua pulsul" privind subiectul şi pentru a rămâne informat.

Oamenii proveniţi din structurile de apărare, se gândesc, înainte de toate la avantajele militare ale înţelegerii fenomenelor aerospaţiale neidentificate, la siguranţa personalului militar în teren şi la îmbunătăţirea potenţială a tehnologiilor de apărare, a menţionat Goldsack. Dar există oare şi un avantaj umanitar civil? Am putea vedea vreodată un posibil avantaj tehnologic bazat pe FAN, prin abordarea unor probleme globale precum călătoriile internaţionale, călătoriile spaţiale, evoluţiile medicale sau chiar schimbările climatice?

Concurenţă globală

Elizondo a răspuns că majoritatea progreselor tehnologice pentru societate îşi au izvorul în concurenţa globală sau în nevoia de apărare. Trebuie doar să ne uităm la misiunile spaţiale Apollo din anii 1960 şi la hotărârea americanilor de a-i depăşi pe ruşi în cursa spre Lună, pentru a ne da seama că aproape 6.000 de progrese şi produse tehnologice au fost dezvoltate în deceniul respectiv. Lucruri precum tehnologiile majore de asistenţă medicală, cum ar fi scanerele sau becurile cu LED-uri sau microprocesoarele au fost rezultatul a 10 ani de concurenţă geopolitică. Şi, în cele din urmă, aceste tehnologii rezistă mult dincolo de motivele iniţiale pentru care au fost inventate şi de ameninţările pe care erau menite să le învingă. Astfel el spera că avantajele tehnologiei FAN vor depăşi eventualele dezavantaje.

Elizondo a mai spus că plănuieşte, împreună cu colegii săi, să organizeze audieri deschise şi neclasificate în Congres, cu privire la natura fenomenului OZN. Iar pentru cercetarea şi activismul în domeniul FAN în anii următori el avea urarea: „Continuaţi", „Discutaţi", „Fiţi angajaţi".

Goldsack a comentat, pe marginea interviului, că faptul că Pentagonul a înfiinţat un grup operativ FAN, că Senatul SUA a cerut desecretizarea a ceea ce se cunoaşte în acest sens, ca şi atitudinea unor insideri, precum Elizondo, sunt semne bune. Din păcate, spre deosebire de SUA, în Regatul Unit (şi aş adăuga, în multe alte ţări europene) scrierea, cercetarea şi activismul privind fenomenele aeriene neidentificate rămân incredibil de dificile din numeroase motive. În primul rând, stigmatul psihologic vă previne că nu puteţi purta niciodată o conversaţie directă despre FAN cu cineva, deoarece veţi fi privit cu anumiţi ochi. În al doilea rând, există atât de puţini oameni în lume care sunt interesaţi de activismul FAN, încât ei nu vor reuşi nici măcar să implementeze o terminologie credibilă atunci când vor încerca să angajeze discuţii cu agenţii guvernamentale, instituţii academice şi organizaţii media. Asta, în bună măsură, şi din cauza stigmatizării.

Adevărul este că majoritatea oamenilor care studiază acest fenomen sunt inteligenţi şi mulţi au asistat la ceva ce nu pot explica. Nimeni nu ştie ce sunt aceste obiecte anormale. Oricine pretinde că ştie răspunsurile, de pildă că aceste obiecte sunt cu siguranţă „extraterestre", sau altceva de acest fel, ar trebui tratat cu scepticism. Fapt este că nu ştim ce sunt.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Atracţia farului

Un mic univers ciudat, solitar, care trebuie să genereze sentimentul de siguranţă, dar în acelaşi timp face parte dintr-o categorie aparte a legendelor urbane: farurile de semnalizare maritimă.

Neliniştea pe care o transmit nu de puţine ori derivă din amplasarea lor, aproape întotdeauna, în locuri aride, nelocuite, din senzaţia de izolare a celor ce slujesc în ele şi, desigur, din poveştile voit distorsionate despre ele, prin care se creează imaginea unor lumi cetoase, stăpânite de entităţi neprietenoase.

Naufragiaţii de pe Insula Cangurilor

În 1869, paznicul farului de pe Kangaroo Island, primul construit în sudul Australiei, a fost găsit mort, dar niciodată nu s-a putut stabili cauza dramei. Apoi – ironia sorţii! – chiar în zona „de securitate" din împrejurimi s-au înregistrat zeci de naufragii; unele, soldate cu victime.

Farul de la Capul Willoughby, care a început să funcţioneze în 1852, era aşezat pe cea mai periculoasă coastă australiană, un pinten înfipt cu îndrăzneală în faleza stâncoasă, deseori pradă unor furtuni cumplite. Totuşi, pentru vasele comerciale a devenit rapid o garanţie de siguranţă în zona cunoscută sub numele sinistru de „Bucătăria Diavolului".

La mijlocul anilor 1900, farul a fost abandonat, iar mai târziu a devenit muzeu. Turiştii care vin aici caută liniştea locurilor pustii, dar se spune că mulţi pleacă în grabă, terorizaţi de felurite manifestări stranii: valuri de frig subite, uşi care se deschid singure, lămpi care se sting fără motiv apoi se reaprind de la sine, ceţuri inexplicabile, siluete translucide apărute la ferestre.

Astăzi, farul este tot acolo, furtuni devastatoare se abat furioase asupra falezei stâncoase şi poate că aceleaşi făpturi eterice pândesc din spatele ferestrelor întunecate

apariţia unui vapor care să rupă lanţurile ce le leagă de o lume pe care nimeni nu a putut să o explice.

Premoniţii sumbre

Accidente în serie au însoţit de la început destinul farului „St Augustine" de pe Insula Anastasia, situată la 29 de kilometri de coastele Floridei. În perioada derulării proiectului de construcţie a primului „paznic" maritim, mândria comitatului nord-american, un bătrân parcă apărut de nicăieri a încercat să oprească lucrările, vorbind despre evenimente sumbre derulate în turnul de veghe ce avea să fie înlocuit de far: o ceată de ticăloşi ar fi sechestrat şi abuzat o tânără timp de câteva săptămâni, după care, neştiind cum să facă pentru a nu fi daţi în vileag, aceştia au aruncat-o pradă rechinilor. Nimeni nu a ascultat vorbele bătrânului, iar farul a fost înălţat conform planului.

După vreo zece ani, tragediile s-au ţinut lanţ. Parcă atras de o forţă irezistibilă, un vapor a intrat direct în ţărmul stâncos, de care s-a zdrobit. Singurul supravieţuitor povestea mai târziu că o femeie de o frumuseţe nepământească îl împinsese spre moarte. Un vas comercial a avut o soartă identică.

De-a lungul timpului, turiştii care au încercat să urce în far au spus că se simţeau împinşi către înălţimi de aceeaşi misterioasă apariţie feminină. Iar când nu a mai fost „vinovat" farul de aceste îndemnuri la suicid, clădirea construită mai târziu în imediata vecinătate a început să-i terorizeze pe vizitatori. Unii au relatat despre umbra unei femei sau despre lumini stranii, alţii pretindeau că ar fi auzit urlete.

Dar, cum se întâmplă frecvent în zilele noastre cu asemenea locuri înfricoşătoare, şi farul din Florida a devenit o considerabilă sursă de profit, firmele turistice oferind pe insulă faimoasele *ghost tours* („circuitul fantomelor"). Oaspeţii freamătă de nerăbdare şi emoţie, aşteptând un semn de la nefericita femeie aruncată în mare, dar, ca un făcut, aceasta nu pare a mai fi dornică de răzbunare.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Camera secretă a lui Nero

Mai presus de orice realizare pozitivă demnă de suveranul unui imperiu – „unsul zeilor", aşa cum era considerat la vremea respectivă un asemenea personaj – împăratul Nero a rămas faimos în primul rând ca „nebunul care a dat foc Romei", în 18 iulie 64 d.Hr.

Pentru mulţi, nu prea mai e limpede şi de ce ar fi făcut-o, însă cel mai frecvent se invocă o înscenare criminală (astăzi, aceste operaţiuni sunt reunite sub sintagma *false flag operations* – „operaţiuni sub drapel fals"), pentru a se motiva declanşarea persecuţiei creştinilor). Recent, în puzzle-ul ce conturează portretul lui Nero s-a adăugat o piesă ce a înfierbântat multe imaginaţii.

Zei şi muritori

În timpul unei restaurări efectuate în zona Domus Aurea, imensul palat construit la ordinul lui Nero şi distrus ulterior de succesorul său, Vespasian (69-79 d.Hr.), arheologii au descoperit întâmplător o încăpere necunoscută până atunci.

Deocamdată, cercetătorii au convingerea că aceasta a fost acoperită cu pământ, după mai puţin de zece ani, din dispoziţia lui Vespasian. Însă probabil tocmai această ascundere forţată a determinat şi o bună conservare a construcţiei. Iar descoperirea este cu adevărat fascinantă.

Pe bolta încăperii se disting delfini şi căluţi de mare desenaţi într-un stil fluid, graţios, care amintesc fără echivoc de alte camere ale palatului supranumit „Casa aurită", deoarece au fost găsite foiţe de aur care fuseseră utilizate la punerea în evidenţă a anumitor motive artistice din imaginile imprimate pe pereţii interiori.

În alte scene se pot distinge zeul „lunar" Pan, devenit zeul păstorilor, şi un bărbat înarmat cu o sabie şi un scut, care se luptă cu o panteră. De asemenea, pe un fond alb, se pot distinge pătrate cu laturile roşii, delimitate de linii galben-ocru şi benzi de foiţe aurii, punctate cu o serie de elemente florale, precum şi cu un sfinx aşezat pe un piedestal şi care constituia elementul definitoriu al încăperii, datorită căruia aceasta a fost numită şi *Sala della fringe* („Sala sfinxului").

Casa de aur care se rotea după Soare

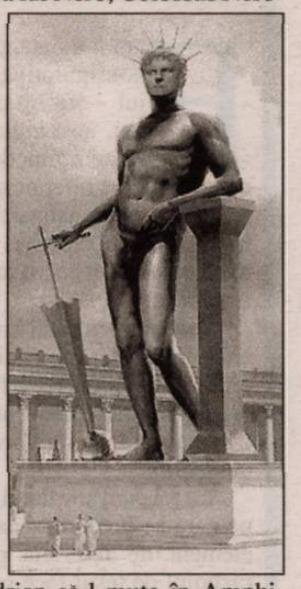
Domus Aurea, descoperit dintr-o întâmplare anecdotică, în perioada Renaşterii, ulterior ceea ce alcătuia aparent nişte catacombe decorate magistral fiind vizitate inclusiv de artişti de geniu precum Leonardo da Vinci, Michelangelo, Ghirlandaio sau Filippino Lippi, dar şi de figuri cunoscute din cu totul alte motive, ca Marchizul De Sade ori Casanova.

Construcţia Domus Aurea a fost considerată una dintre cele mai nebuneşti din istoria Romei. După ce două treimi din capitala imperiului au fost arse de „marele foc", Nero a folosit spaţiul liber pentru o nouă „locuinţă".

Arhitecţii au făcut imposibilul pentru a-i satisface megalomania. Clădirea trebuia să acopere patru zone principale. Palatul în sine iradia un lux nemaiîntâlnit. Cea mai importantă parte a fost un dreptunghi mare pe dealul Oppius, unde cele patru colţuri acopereau cele patru districte.

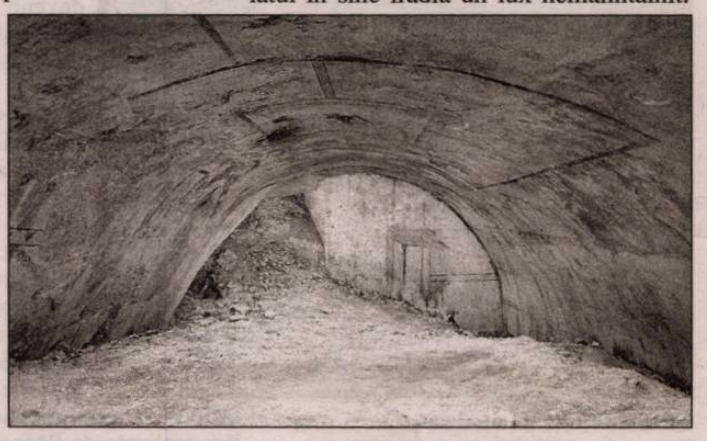
Camerele, holurile şi coridoarele erau decorate abundent cu aur, argint şi pietre preţioase. Aripa estică a ansamblului a fost folosită pentru recepţii publice. Aripa de vest era casa lui Nero; se spune, printre altele, că avea o sufragerie rotundă, care se rotea zi şi noapte.

Lângă întrarea palatului se afla o gigantică statuie a lui Nero, *Colossus Neronis*. Realizată în bronz, reprezentând un bărbat de 37,2 metri înălţime şi sculptată de grecul Zenodoros, această monstruozitate voia să imite Colosul din Rodos, una dintre cele Şapte Minuni ale Lumii Antice.



Mai târziu, pe corpul statuii au fost instalate capetele mai multor împăraţi, înainte ca Hadrian să-l mute în Amphitheatrum Flavium. Această clădire a primit numele de Colosseum, în Evul Mediu, după statuia imensă. Numele a rămas şi este folosit până în prezent.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU



100 *de locuri de văzut în România*

Cetatea Mălăieşti

Cetatea de la Mălăieşti a fost ridicată spre sfârşitul secolului XIV de un cneaz din vestita familie nobiliară a Sărăcinilor, aliată de nădejde a Corvinilor. Este o cetate tipic medievală, cu donjon şi incintă inelară din piatră, la care au fost adăugate, ulterior, patru turnuri poligonale. Ea a fost ridicată ca punct de observaţie, dar şi de apărare.

În primele două decenii ale secolului XIV aici s-a construit un donjon înconjurat de incintă din piatră, care au fost apoi supraînălţate. Anul 1588 marchează faza a treia a construcţiei, când au fost adăugate cele patru turnuri poligonale. Cetatea a fost abandonată în secolul XVII.

Donjonul, cel mai înalt dintre turnuri, servea ca loc de tragere şi de adăpost. El avea unsprezece metri înălţime şi pereţi groşi de un metru şi jumătate. Intrarea, situată pe partea de vest, la primul etaj, permitea accesul doar prin intermediul unei scări de lemn, care era ridicată în cazul unui atac. În total, fortăreaţa se ridică pe şase niveluri, dar are şi o pasarelă spre intrarea în donjon, numită „Drumul străjerului".

În caz de asediu, în donjon se puteau adăposti 20 de războinici, care ar fi rezistat aici luni întregi, nivelurile inferioare ale turnului fiind folosite pentru provizii. Devenită o ruină spre sfârşitul secolului trecut, cetatea a beneficiat de unele dintre cele mai ample lucrări de restaurare realizate la un monument medieval din România (chiar dacă unii istorici au contestat „autenticitatea" edificiului rezultat).

Astăzi, sălile cetăţii adăpostesc expoziţii de arme, armuri, scuturi şi blazoane medievale din Transilvania, inclusiv stema Corvineştilor. Cetatea apare în drumul turiştilor care doresc să străbată masivul Retezat, fiind unul dintre punctele de atracţie pentru turiştii care se îndreaptă spre Nucşoara, una dintre porţile de intrare în Retezat. Accesul dinspre DN66 se face prin Ohaba de Sub Piatră şi Sălaşu de Sus.

GABRIEL TUDOR

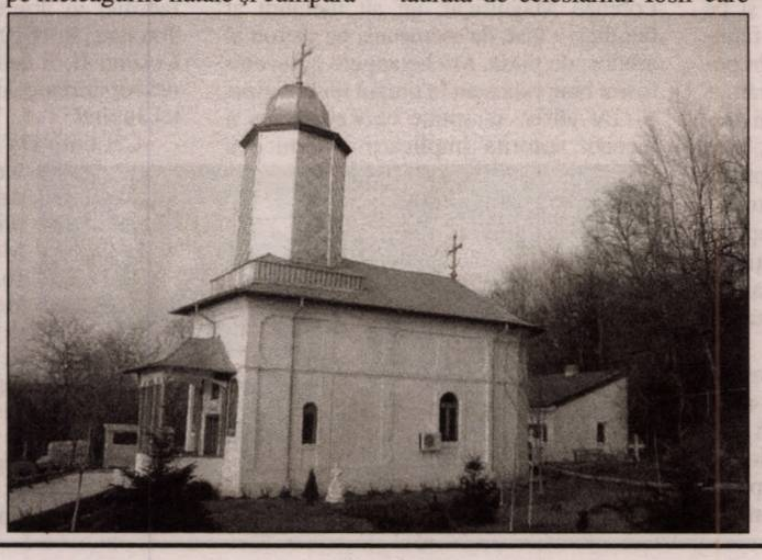
Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Strehăreţi

Aflată în judeţul Olt, în zona nord-vestică a municipiului Slatina, Mănăstirea Strehăreţi, cu obşte de maici are hramul „Adormirea Maicii Domnului".

Primele date despre o mănăstire zidită aici apar în documentele din 1478 şi apoi în 1578, 1608 şi 1620. Despre actuala biserică nu se ştiu multe lucruri exacte. Unele izvoare îl consideră ctitor pe Episcopul Varlaam al Râmnicului, devenit mitropolit al Ţării Româneşti în vreme ce altele atribuie ctitoria monahului Serafim care ajunge episcop de Buzău în timpul domniei lui Matei Basarab.

La 24 aprilie 1664 el revine pe meleagurile natale şi cumpără moşia Strehăreţ cu scopul de a ridica aici un sfânt aşezământ închinat Sfintei Fecioare. După un an, în 1665 domnitorul Ţării Româneşti Radu Vodă Leon dăruieşte mănăstirii o parte din averea sa. Nu există date privitoare la terminarea aşezământului dar în 1668 ea era deja zidită iar episcopul Serafim o închină Mitropoliei din Bucureşti păstorită de Mitropolitul Teodosie. Se pare că şi acesta şi-ar fi adus contribuţia la ridicarea noului locaş. Ultimul document în care apare numele lui Serafim este un hrisov din 1671 prin care acesta se îngrijea de zugrăvirea bisericii. În 1844 mănăstirea este restaurată de eclesiarhul Iosif care ridică şi clădirile din jurul bisericii.



După Secularizarea averilor mănăstireşti din 1864 o parte dintre acestea sunt transformate în spital iar aşezământul suferă reparaţii în secolul următor, respectiv în 1930-1936. Clopotniţa de la intrarea în incinta mănăstirii a fost construită în 1979.

Biserica este ridicată din cărămidă în formă de navă dreptunghiulară încheiată la răsărit cu o absidă. Este împărţită în încăperile tradiţionale: Altar, naos, pronaos şi un pridvor deschis, susţinut de şase stâlpi de lemn. Altarul este cilindric în interior şi poligonal în exterior şi este luminat spre răsărit de o fereastră de forma celor două din pereţii naosului. Catapeteasma este din zid iar naosul este despărţit de pronaos tot printr-un zid cu o deschidere largă la mijloc. Deasupra pronaosului se înalţă o turlă mare acoperită cu tablă ca întreaga biserică.

Faţadele exterioare sunt tencuite şi despărţite în două registre de un brâu subţire aşezat la două treimi de soclu. În registrul superior, aproape de streaşina acoperişului sunt rânduri de cărămidă aşezate pe muchie şi încastrate în zid. Pictura interioară, din 1671 este executată în frescă în stil neobizantin şi a suferit mai multe restaurări. Cea mai importantă dintre acestea a fost executată în 1982 de pictorul Nicolae Savu din Bucureşti. Între anii 2000-2008 s-au realizat serioase reparaţii iar locaşul a fost resfinţit în anul 2008.

IRINA STOICA

TAPISERIA
o mărturie tulburătoare

Din confecţionarea de obiecte ţesute ce răspundeau unor imperative vitale – cel dintâi fiind protejarea corpului împotriva agresiunilor din exterior –, ţesutul textilelor s-a transformat de la sine în artă.

Fără îndoială, dacă o altă artă nonfiguativă precum tatuajul – vechi şi el de mii de ani, însă înglobând cu prioritate o funcţie terapeutică – a putut evolua liber pe direcţia mai intimă, mai personalizată a împodobirii trupului uman, tapiseria a beneficiat întotdeauna de un cadru mult mai larg de exprimare.

Pentru că nu mai era vorba despre anumite preferinţe individuale, ci ea reprezenta aproape explicit o provocare şi o invitaţie către lumea din afară de a pătrunde în universul domestic al oamenilor.

La fel cum şevaletul şi orice suport pe care se poate desena constituie un element de referinţă pentru pictori, războiul de ţesut face parte din arta şi meseria tapiserului. Cea mai veche referire la termenul de tapiserie a fost urmărită până în anul 1467.

Elementul în sine are totuşi o istorie mult mai lungă, iar eruditii urmăresc crearea de tapiserii până în Antichitate, în special epoca elenistică (secolul al III-lea î.Hr.), care se mândreşte cu unele dintre cele mai vechi tapiserii găsite vreodată. Chiar şi aşa, având asemenea mărturii materiale de necontestat, arta ţesutului de tapiserie se crede că se extinde mult mai mult înapoi în istorie.

Tapiserie datată din 1720

Tapiseriile timpurii erau importante din punct de vedere al funcţionalităţii. Adesea, aceste materiale textile erau folosite ca învelitori de pereţi sau de podea. De fapt, până în perioada medievală, tapiserii destul de mari erau folosite pentru a acoperi zidurile de piatră ale castelelor şi casele mari pentru a asigura o izolaţie împotriva vânturilor reci. În timp ce războaiele verticale au devenit metoda preferată folosită pentru ţesut tapiserii, multe au fost pur şi simplu ţesute pe pământ.

Meşterii foloseau ţesutul cu bătătură sau, cu alte cuvinte, ţesutul care ascunde firele de urzeală până la finalizarea lucrării. Firele de urzeală erau adesea realizate din in sau bumbac, în timp ce firele de bătătură puteau include bumbac, precum şi lână şi mătase, argint sau chiar fir de aur. Ţesătorii îşi aranjau firele pentru a descrie o scenă sau o imagine în conformitate cu un design pregătit.

Tapiserie realizată de Rafael pentru Capela Sixtină

În Evul Mediu, tapiseriile erau adesea folosite ritual în scopuri ceremoniale asociate bisericii sau regalităţii. O imensă abilitate este asociată cu ţesătorii din această perioadă care erau însărcinaţi de clerici sau de regalitate pentru a crea tapiserii elaborate care descriu evenimente biblice, încoronări, bătălii sau diverse motive istorice.

Tapiserie Navajo

Unele tapiserii celebre au reprezentat chiar naraţiuni mitologice sau motive culturale. Germania, Olanda, Elveţia sau Franţa au devenit faimoase pentru producţia lor de tapiserie, în special în perioada Evului Mediu târziu şi a Renaşterii timpurii. Mai târziu, Belgia a înflorit ca producător în domeniu, în special oraşe precum Flandra. Totodată, numele unor creatori de prim rang şi ale unor edificii remarcabile sunt legate de această artă şi meserie. Nu putem evita în acest sens menţionarea tapiseriilor realizate de Rafael pentru Capela Sixtină.

Şi nativii americani au atins adevărate culmi de măiestrie în acest domeniu. De exemplu, covoarele Navajo sunt considerate ca un tip de tapiserie bine individualizată. Însă ei foloseau modele simbolice pentru a-şi realiza lucrările (veşminte, cuverturi de interior şi pentru sol, traiste etc.), raportându-se instinctiv la memoria colectivă ancestrală.

Astfel, există spre exemplu asemănări izbitoare între ţesăturile populaţiei Navajo şi scoarţele noastre oltenesti, covoarele muntenesti, moldovenesti ori maramureşene. O tulburătoare întâlnire dincolo de timp şi de spaţiu, prin ceea ce numim artă, într-un univers cosmic al iubirii împreună de frumos.

„Urât şi deteriorat”, dar valoros!

Operele de artă se pare că nu mai trebuie să îndeplinească vechile criterii după care sunt categorisite astfel. Nu ne referim la aşanumita artă (!) care prezintă, de pildă, un capac de toaletă ori la banana lipită cu bandă de scotch pe peretele unei staţii de metrou.

Dacă asemenea idei extravagante care, în fond, nu conţin niciun dram de element estetic, există creaţii – să le spunem, totuşi! – artistice, categoric lipsite de esenţa acelui fior subtil şi sublim ce dă valoare mesajului spiritual, pentru care unii dau bani grei ca să le aibă.

O casă de licitaţii din localitatea franceză Montastruc-la-Conseillère a vândut un tablou considerat din capul locului „urât şi deteriorat” cu un preţ mai mare... de o mie de ori decât cel de pornire. Licitaţia, începută de la 20 de euro, a avut loc la castelul Lasserre, dar s-a desfăşurat on-line. Competitorii au fost un englez şi un american, cel dintâi devenind în final „fericitul câştigător”, plătind nu mai puţin de 20.000 de euro.

Tabloul, „probabil realizat de un amator”, a fost găsit printre lucrurile prăfuite din magazia unei case vechi.

„Este totuşi posibil, potrivit cumpărătorului, să mai poată reprezenta o afacere – a declarat Stanislas Machoïr, comisarul licitaţiei. E ceva neobişnuit, dar aşa ceva este foarte cerut în aceste ţări. E o noutate pentru mine. Am vândut sute de tablouri, dar acesta, să recunoaştem, este urât şi în plus deteriorat, cu pânza sfâşiată. O afacere foarte stranie!...”

Totuşi, se pare că „englezii sunt nebuni după aceste creaţii pe care noi le aruncăm, fiindcă ei ştiu cum pot să le revândă şi cui anume”. Pe de altă parte, confruntarea virtuală a celor doi competitori ai licitaţiei a inclus ceva frenezie şi o doză de amuzament. Cel puţin, pentru ei. Un amuzament care a costat, totuşi, 20.000 de euro.

Din secretele familiei Medici

Cunoscută în întreaga Europă şi pe toate meridianele lumii, puternica familie italiană Medici a fost implicată în politică, finanţe, dar membrii ei au rămas cunoscuţi în primul rând ca „Naşii Renaşterii”, sprijinind numeroşi artişti, între care personalităţi de geniu ale sculpturii, picturii şi arhitecturii din toate timpurile.

Totuşi, deşi au condus Florenţa aproape 300 de ani şi au fost atât de vestiţi, De Medici au încă şi astăzi de „dezvăluit” aspecte din viaţa lor foarte puţin cunoscute de public.

După venirea la putere în 1434, Cosimo de Medici a început ceea ce avea să devină o tradiţie a familiei, aceea de a fi susţinători ai artelor. A construit o bibliotecă impunătoare şi a fost un important sprijin pentru celebrul sculptor, Donatello. Lorenzo Magnificul, un alt membru al familiei, a fost, de asemenea, un patron al artelor; de pildă, Michelangelo a devenit foarte bine cunoscut în timpul lui Lorenzo.

De altfel, se spune că Renaşterea a început datorită implicării puternice a familiei în artele plastice şi nu numai. Totodată, în 1610, Galilei, un favorit al lui Cosimo II, a dedicat familiei De Medici descoperirea celor patru sateliţi ai planetei Jupiter.

Cât timp De Medici s-au aflat la putere, două dintre femeile din familie au devenit regine prin căsătorie. Catherina de Medici a fost regina consoartă a regelui francez Henric al II-lea. Cincizeci de ani mai târziu, Maria de Medici a devenit şi ea regina Franţei, după ce s-a căsătorit cu regele Henric al IV-lea. În 1616, fiul ei, regele Ludovic al VIII-lea, a alungat-o de la curte timp de doi ani. Şi nu a fost un caz singular. În ciuda faptului că erau o familie puternică, mulţi dintre De Medici au petrecut ani întregi în exil. Piero II a fost un conducător atât de rău, încât a fost exilat din Florenţa în 1494. Aproape cinci ani mai târziu, o revoltă a trimis majoritatea familiei în exil. S-au întors în 1512, pentru a fi exilaţi din nou în 1527.

Un detaliu interesant, care ancorează epoca De Medici de zilele noastre: deşi toţi bărbaţii familiei au murit fără a avea moştenitori, Catherina de Medici, regina Franţei, a născut fii. Graficele genealogice arată că fostul preşedinte american George W. Bush este un descendent al reginei franceze.

Şi, oricum, chiar fără aceste ramificaţii sangvine, cel mai important aspect al existenţei acestei mari familii rămâne impulsul fabulos dat artelor, culturii şi, în general, civilizaţiei europene şi mondiale.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Ştiaţi că...

◆ *...începutul astronomiei moderne îl constituie lucrarea astronomului polonez Nicolaus Copernic (1473-1543) intitulată „Despre revoluţia sferelor cereşti"? Aceasta a apărut în ziua morţii sale, respectiv 24 mai 1543.*

◆ *...enotul este un mamifer cu blană preţioasă, asemănător câinelui? A fost semnalat şi în Delta Dunării.*

◆ *...prima măsurătoare exactă a gradelor meridianului pământesc datează din secolul al XVII-lea? A fost făcută în Franţa de astronomul Jean Piccard (1620-1682).*

◆ *...fluviul Amazon transportă anual peste un miliard de tone de aluviuni?*

◆ *...primele grădini botanice şi parcuri zoologice au fost create de faraonii egipteni şi împăraţii din Mesopotamia? Cu 5.000 de ani în urmă.*

◆ *...cedrul face parte din familia pinului? Creşte în Maroc, Liban, Asia Centrală.*

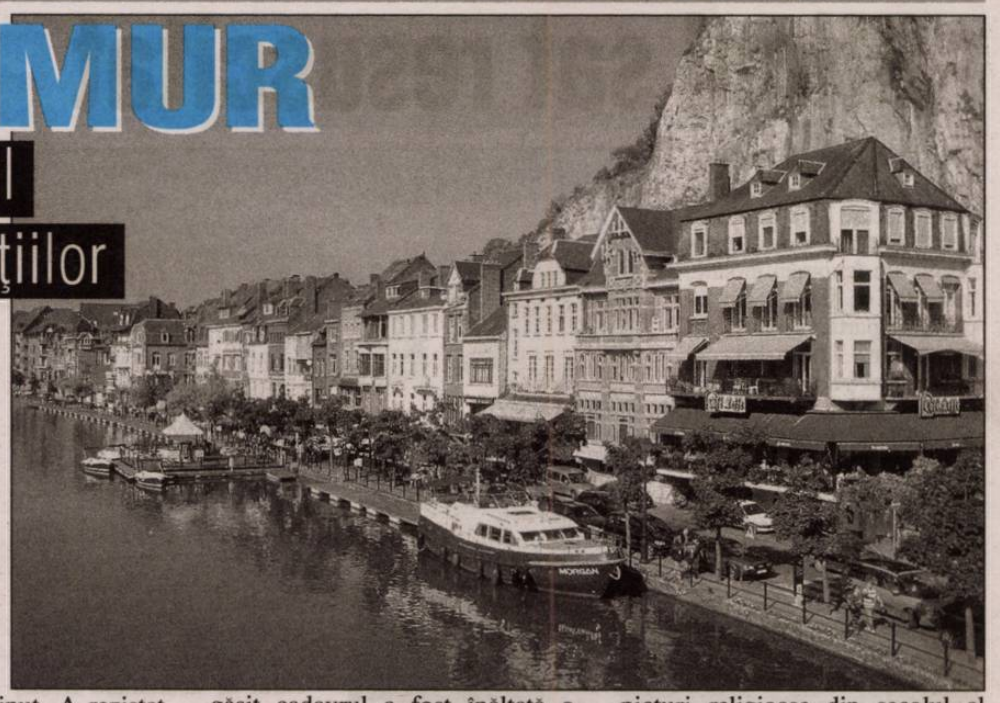
◆ *...Dunărea are 300 de afluenţi? Dintre aceştia 40 sunt navigabili.*

◆ *...vulturul filipinez, pe cale de dispariţie, este a doua pasăre ca mărime din lume? Prima este Condorul andin.*

Ştiaţi că...

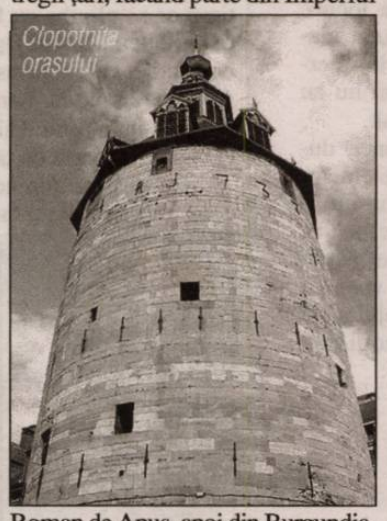
NAMUR – oraşul fortificaţiilor

Situat la confluenţa râurilor Sambre şi Meuse, oraşul Namur din Belgia, cel mai important din Valonia, se află la 60 de kilometri sud de Bruxelles.



A fost ridicat de romani ca o aşezare importantă a comerţului fluvial încă din primele decenii ale primului mileniu. În secolele al III-lea şi al IV-lea au fost construite celebrele fortificaţii, reconstruite în secolele al XIII-lea şi al XIV-lea.

Cu o istorie zbuciumată ca a întregii ţări, făcând parte din Imperiul



Roman de Apus, apoi din Burgundia, Franţa, Regatul Unit al Ţărilor de Jos, devine belgian din 1830, odată cu înfiinţarea Belgiei ca stat. Din 1960 a devenit capitala regiunii Valonia.

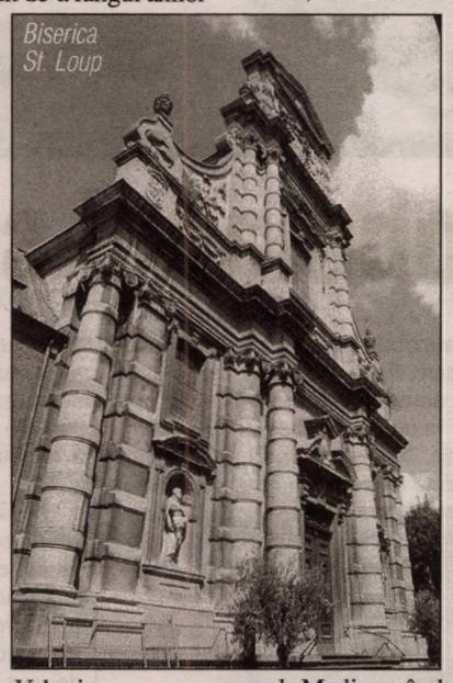
Oraşul vechi a suferit mari distrugeri de-a lungul vremii, dar centrul a rămas una dintre principalele atracţii turistice. Un obiectiv important îl constituie Citadela. Aceasta este depozitara întregii istorii a oraşului. Construită de romani a fost renovată în câteva rânduri. Primele ziduri au fost înălţate în anul 975, iar aspectul actual se datorează renovărilor din 1631-1675. Amplasată pe un deal, la încrucişarea celor două râuri, a fost destinată supravegherii întregului ţinut. A rezistat unui atac în 1529, iar în timpul celor două războaie mondiale a funcţionat ca o unitate militară pentru armata flamandă. În această situaţie a devenit un adăpost sigur cu un subteran dotat cu sisteme de apărare sofisticate. În prezent este deschisă publicului, fiind compusă din patru părţi diferite, dintre care prima este Castelul Conţilor, locuinţa nobililor conducători de odinioară.

O clădire impresionantă din oraş este Catedrala Saint Aubin, construită între 1751-1767, cu influenţe italiene, singura catedrală baroc din Benelux.

Vizavi se află fostul Palat Episcopal, care acum este sediul guvernului provincial. La 70 de metri deasupra râului Meuse se află Roca Regelui Albert, un complex de stânci de pe care s-a prăbuşit Regele Albert în timpul unei excursii în care a murit la 17 februarie 1934. Pe locul unde a fost găsit cadavrul a fost înălţată o cruce.

Fostul Palat Episcopal

Remarcabilă este Piaţa Armelor care a găzduit de-a lungul anilor importante ceremonii militare şi alte manifestaţii solemne. Singura clopotniţă a oraşului este o clădire istorică numită şi Turnul Sfântului Iacob. Acesta a fost construit în 1388 ca parte a zidului oraşului şi a devenit clopotniţă în 1746.



Pe malul râului Sambre poate fi vizitată „Sala cărnii", unul dintre cele mai importante muzee arheologice din Valonia.

Pe străzile curate, frumos pietruite te întâmpină cafenele şi magazine de tot felul, dar nu poate fi ocolită biserica St. Loup în stil baroc, fosta biserică iezuită. Aceasta se remarcă prin coloanele ei decorate cu marmură roşie şi neagră.

Pot fi admirate, de asemenea, Trezoreria Priory Oignies cu picturi religioase din secolul al XIII-lea şi relicvarii sau Muzeul Félician Rops dedicat celebrului artist, sau Teatrul Royal, o replică de mici dimensiuni a Operei Garnier din Paris.

Un eveniment important desfăşurat în oraş este „Lupta pentru piciorongul de aur" desfăşurată în a treia duminică din septembrie. În cadrul acesteia, două echipe, costumate în haine medievale, purtând picioroange se înfruntă în principalele pieţe ale oraşului.

Lupta îşi are originea în Evul Mediu, când fluviul Meuse inunda lunca şi locuitorii din zonă nu puteau ajunge în Namur decât pe picioroange.

Simboluri ale umanităţii

Busuiocul

Considerat plantă sfântă, magică şi vindecătoare, busuiocul a fost cunoscut din cele mai vehi timpuri în India de unde s-a răspândit în toată lumea. Era considerat planta lui Krishna şi Vishnu. La romani devenise un simbol al dragostei şi fertilităţii iar înflorirea lui era marcată prin ceremonii deosebite.

La greci era socotit cu adevărat o plantă sacră folosit la alungarea răului şi protecţia locurilor. Aghiazma se făcea cu busuic, era pus la icoane sau se ţinea în ghivece la geamuri.

În ţara noastră busuiocul se cultivă după ce semînţele

au fost puse în ghivece mici de Dragobete. Lăstarii sunt scoşi şi puşi în grădină de Sfântul Gheorghe.

Sunt cunoscute de asemenea proprietăţile medicinale ale busuiocului dar şi cele culinare fiind folosit în bucătărie ca aromatizant.

Pentru tinerele fete busuiocul este planta dragostei şi a fidelităţii. O tânără care şi-a pus busuioc sub pernă în noaptea de Sfântul Andrei sau în Ajunul Bobotezei îşi poate visa ursitul.

Muzeul Satului din Sibiu

Aflat în Dumbrava Sibiului, Muzeul Civilizaţiei Tradiţionale „Astra" sau Muzeul Satului este considerat cel mai mare aşezământ de acest fel din ţara noastră.

Întins pe o suprafaţă de 96 de hectare, conţine în jur de 20.000 de piese de muzeu. Exponatele prezintă într-o gamă largă ocupaţiile, meşteşugurile şi arta tradiţională a poporului nostru. Există aici, pe lângă locuinţele ţărăneşti şi o bucătărie tradiţională („Hanul din Bătrâni") şi o popicărie adusă de la Păltiniş.

Pot fi admirate de asemenea „Biserica de lemn" din Bezdad cu hramul Sfinţii Arhangheli Mihail şi Gavriil, construită în 1754 şi pictată de Breaz Ianoş din Gileaiu şi „Biserica de lemn" din Dretea construită în 1672 cu pictura din 1742.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

Micul sat resuscitat

S-au mai înregistrat situații insolite și spectaculoase precum cel relatat mai jos, însă nu se poate vorbi despre un fenomen în sine, mai ales că fiecare caz în parte are particularitatea sa. De curând, probabil cel mai recent pe scurta listă a „domeniului", satul Curon din Italia a revenit la propriu în lumină, după ce vreme de vreo șapte decenii fusese ascuns în mod programat sub ape.

În anii 1950, oamenii care trăiau în mica localitate au fost evacuați, în vederea inundării lui pentru a se face loc unei amenajări hidroelectrice, respectiv lacului de acumulare Resia, necesar centralei electrice din apropiere.

Amatorii de subiecte senzaționale nu au ratat însă „legenda" cu tentă de poveste horror privitoare la dispariția misterioasă a unei mame din vechiul sat, în urma căreia asupra întregii comunități s-a abătut efectul unui blestem cumplit. În realitate, cei circa 900 de localnici au fost deplasați forțat pe un alt teritoriu, apoi casele lor, circa 160 la număr, au fost acoperite de ape.

Dar, cum roata destinului nu stă niciodată pe loc, autoritățile au fost nevoite de curând să golească unul dintre rezervoarele centralei. Italienii au asistat astfel la un spectacol rarisim, observând cum cătunul înecat se ridică treptat la suprafață, începând cu turla frumoasei biserici de odinioară.

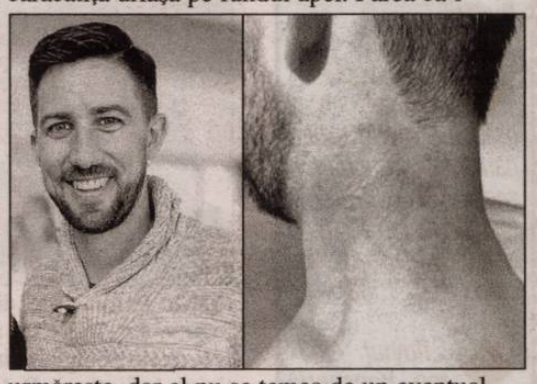
Apoi, pe rând, ziduri de piatră, locuințe, piața, toate și-au reluat vechile locuri, ca într-un film derulat înapoi, cu încetinitorul. Fermecătoarele imagini nu au viețuit însă prea mult.

Reinundarea zonei, după remedierea problemelor centralei, a stins totul într-o nuanță de nostalgie pentru supraviețuitorii de acum 70 de ani, care nu vor mai avea vreodată prilejul să-și revadă locurile copilăriei. *(A.N.P.)*

Caracatița ucigașă

Geologul Lance Karlson hotărâse să petreacă un sfârșit de săptămână liniștit într-o stațiune de pe coasta de sud-vest a Australiei. În timp ce se plimba cu fetița lui de doi ani pe malul apei, a văzut ieșind din adânc brațul unei caracatițe, care a prins repede un pescăruș și a dispărut cu prada. Lance a avut timp să filmeze scena și apoi, grăbit și-a pus familia la adăpost, ceva mai departe de țărm.

S-a apropiat din nou de mare și a văzut caracatița uriașă pe fundul apei. Părea că-l



urmărește, dar el nu se temea de un eventual atac. Dimpotrivă, a intrat în apă hotărât să exploreze câteva cochilii abandonate de crabi. Dintr-o dată a simțit o lovitură ca un bici pe spate, apoi o alta pe gât și ceva i s-a înfășurat pe braț. Simțea că totul în jur se întunecă, dar cu ultimele puteri a reușit să-și elibereze brațul și să iasă din apă. Și-a dezinfectat rănile lăsate de caracatiță, căreia nu-i poartă niciun fel de dușmănie, declarând că el este cel care i-a încălcat teritoriul. *(I.S)*

Șobolanul scos la pensie

Fără interminabile dezbateri pe teme de pensionare, fie ea anticipată sau nu, un șobolan autentic a primit binemeritatul drept la odihnă, după ani de activitate intensă. Numele individului este Magawa, este un șobolan african

uriaș, și, de-a lungul unei admirabile cariere, a salvat, efectiv, numeroase vieți, detectând mine rămase în Cambodgia în urma războaielor care au devastat țara.

În ultima vreme, genistul cu blană începuse să dea semne de oboseală, astfel că superiorii lui au decis să-l lase la vatră, după ce timp de cinci ani a curățat de dispozitivele ucigașe peste 225.000 de metri pătrați de teritoriu, echivalentul a circa 42 de terenuri de fotbal.

Pe lângă încuviințarea de a se delecta după voie cu alimentele lui preferate – banane și arahide – el a primit și recunoașterea simbolică a meritelor incontestabile, o medalie de aur pentru bravură. Este primul șobolan care a primit această decorație, echivalentă cu George Cross (la noi, Crucea Sf. Gheorghe), cea mai înaltă onoare pentru civili. Format timp de un an în Tanzania, țara sa de origine, Magawa a detectat 71 de mine și 38 de muniții neexplodate.

Nu este un bilanț neglijabil, deși statisticile indică faptul că, între anii 1975 și 1998, în Cambodgia au fost plantate între 4 și 6 milioane de mine, care până în prezent au făcut peste 64.000 de victime.

Avantajul folosirii șobolanilor dresați în această activitate deosebit de periculoasă este imens: animalul realizează o detecție de explozivi în circa 30 de minute, pe o suprafață echivalentă cu cea a unui teren de tenis, în timp ce un genist echipat cu detector de metale ar avea nevoie de 4 zile. „Un șobolan excepțional! Cu siguranță, ne va lipsi foarte mult", a apreciat responsabilul programului de deminare, activitatea remarcabilă a „uriașului" Magawa. *(A.N.P.)*

Trenul fără naș

La fel ca într-o binecunoscută și îndrăgită piesă muzicală de la noi, un tren japonez a rămas pentru vreo trei minute fără conductorul său, numai că lucrurile au stat puțin diferit de cele invocate în cântec. Pe tărâm nipon, vorbim despre

un Shinkasen, adică tren de mare viteză, iar în scurtul interval de absență a pilotului său acesta rula cu viteza de neimaginat (la noi, desigur) de 150 km/oră.

O deplasare suficient de „grăbită", pentru a produce întrucâtva fiori reci la gândul că torpila domestică plină cu oameni nu se află sub control competent și autorizat. Din punct de vedere uman însă contextul a fostul unul de înțeles: omul care și-a părăsit temporar postul răspunsese așa-numitei chemări a naturii – a naturii trenului, înțelegem noi! – devenită irezistibilă în acele clipe.

În absența sa, conductorul a lăsat comenzile unui angajat necalificat și lucrurile poate că ar fi trecut neobservate dacă tocmai acea cursă a avut ulterior o intolerabilă întârziere de – atenție, să te crucești, nu alta! – un minut întreg! O adevărată blasfemie pentru japonezi, chiar dacă noi am fi spus, cel mult – „Bine că totuși a venit aproape la timp!".

Prin urmare, s-a deschis o anchetă, din concluziile căreia a reieșit că pe durata celor 3 minute de toaletă ale vinovatului, trenul care transporta 160 de persoane se deplasa cu sus-menționata viteză. Situație gravă, astfel că bărbatul a fost reținut la sol, cum ar veni. Regulile cereau ca el să contacteze centrul de comandă pentru a transfera comenzile altui conductor sau să oprească trenul la cea mai apropiată stație. Mă rog, în asemenea condiții, aproape sigur din „chemarea naturii" ar fi rămas cel mult un ecou...

Totuși, ar fi cazul ca noi să reținem că reprezentanții companiei și-au cerut scuze public pentru acest regretabil incident ce a cauzat minutul de întârziere. Oare japonezii sunt de pe aceeași planetă cu noi? *(A.N.P.)*

O ultimă scrisoare

Cu peste un secol în urmă, în noaptea de 14 spre 15 aprilie a avut loc groaznicul naufragiu al Titanicului în Oceanul Atlantic. La bord erau 2.223 de persoane dintre care au fost salvate doar 919. Printre victime s-a numărat și Jack Philipe, operator radio pe pachebot.

Cu câteva săptămâni înaintea dramei, el îi scrisese o carte poștală surorii sale, Elsie. Aceasta păstrase cu grijă toate scrisorile trimise de fratele ei de peste mări și țări. Jack fusese un erou care nu-și părăsise postul și transmisese de pe vapor până când acesta a fost înghițit de ape. Sora lui păstrase cu sfințenie circa 300 de scrisori de la el.

Moștenitorii au prezentat scrisorile unei case de licitație din Boston și se speră ca pentru cartea poștală respectivă, cu o imagine unică a Titanicului văzut din față să se obțină o sumă de cel puțin 15.000 de dolari. (I.S.)

Nicole Kidman

– când frumuseţea face casă bună cu talentul

Pentru cei mai în vârstă dintre noi, Nicole Kidman va rămâne mereu frumuseţea ingenuă din „Liniște apăsătoare", un thriller care a făcut furori în anii 1980. Alţii şi-o vor aduce aminte de rolurile din „Batman", „Cu ochii larg închişi" sau „Orele".

● Oricum ne-am aminti-o, actriţa australiancă este, chiar şi la cei 54 de ani pe care i-a împlinit luna aceasta, una dintre cele mai frumoase şi mai talentate slujitoare din templul cinematografiei mondiale.

În „Liniște apăsătoare"

● Actriţa s-a născut pe 20 iunie 1967, la Honolulu, în Hawaii, unde părinţii ei, originari din Australia, se aflau ca studenţi bursieri: tatăl, Antony, va deveni biochimist şi psiholog, mama, Janelle Ann, va deveni specialistă în domeniul îngrijirii copiilor mici.

● Născută în Hawaii, a primit, conform tradiţiei, imediat după naştere şi un nume local. Părinţii au optat pentru unul frecvent întâlnit în cultura hawaiiană: Hokulani, care în dialectul nativ înseamnă „Stea divină".

● Când Nicole avea patru ani, familia s-a reîntors în Australia, la Sydney, unde mama ei încă locuieşte (tatăl a murit în 2014, la 75 de ani). Fetiţa făcea deja balet de un an şi şi-a dovedit talentul înnăscut pentru teatru încă din primele clase şcolare, şi apoi la liceu. Ea spune că a fost inspirată să devină actriţă după ce a văzut-o pe Margaret Hamilton jucând rolul Vrăjitoarei din filmul „Vrăjitorul din Oz".

● După studii la Philip Street Theatre, în Sydney, a fost distribuită în filmul „Liniște apăsătoare" şi în miniserialul de televiziune Bangkok Hilton. Apoi a turnat „Zilele tunetului" (1990), pe platourile de filmare ale acestei pelicule întâlnindu-l pe viitorul ei soţ, Tom Cruise, de care s-a îndrăgostit instantaneu.

● Anii 1990 au reprezentat o perioadă de afirmare pentru ea, cu filme precum „Departe, departe" (1992), „Batman Forever" (1995), „Cu ochii larg închişi" (1999) sau „Pe viaţă şi pe moarte" (1995 – acest film i-a adus şi primul Glob de Aur), dar adevărata consacrare a cunoscut-o în deceniul următor, cu filme precum „Moulin Rouge!" (2001, al doilea Glob de Aur şi prima nominalizare la Oscar), „Cold Mountain", „Orele" (Globul de Aur, premiul BAFTA, Oscarul pentru cea mai bună interpretare feminină şi Ursul de Argint la Festivalul de la Berlin).

● Viaţa sentimentală a actriţei a fost deosebit de furtunoasă: a avut numeroase idile cu bărbaţi celebri (actorii australieni Marcus Graham şi Tom Burlinson, rapperul Q-Tip, Adrien Brody, Jude Law, cântăreţul pop Lenny Kravitz şi o altă vedetă pop, Robbie Williams, cu care şi-a petrecut o vară pe iahtul personal) şi a fost căsătorită de două ori – cu Tom Cruise şi cu cântăreţul Keith Urban (acesta fiind partenerul ei şi în prezent).

● Cu Tom Cruise s-a căsătorit în ziua de Crăciun a anului 1990, la Telluride, Colorado. Cei doi au adoptat o fată, Isabella Jane (născută în 1992) şi un băiat, Connor Anthony (născut în 1995), dar s-au despărţit amiabil pe 5 februarie 2001. Unul dintre motivele divorţului a fost că Nicole nu-şi dorea ca micuţii să fie crescuţi potrivit Bisericii Scientologice, gruparea religioasă din care făceau parte ea şi Cruise.

● În 2015, un fost lider al Bisericii Scientologice a declarat că a primit instrucţiuni, de la nivelurile ierarhice superioare, să „faciliteze" despărţirea celor doi.

Împreună cu Isabelle şi Connor

● Pe 25 iunie 2006 actriţa s-a căsătorit cu muzicianul de country Keith Urban în Sydney. Ei au două fiice, Sunday Rose, născută în 2008, şi Faith Margaret, născut în 2010, şi locuiesc în Sydney,

dar au şi case de vacanţă în Sutton Forest, (Noua Galie de Sud, Australia), Los Angeles şi Nashville, Tennessee, SUA.

● Catolică practicantă, a declarat că de multe ori a refuzat roluri în filme pe care le considera „anticatolice". Aceasta nu a împiedicat-o însă să refuze să fie dublată în scenele cu conotaţii sexuale – care nu au lipsit deloc din filmografia ei.

● Actriţa suferă de o fobie extrem de rară – lepidopterofobie – nu suportă să vadă fluturi, cu atât mai mult să se afle în apropierea acestora.

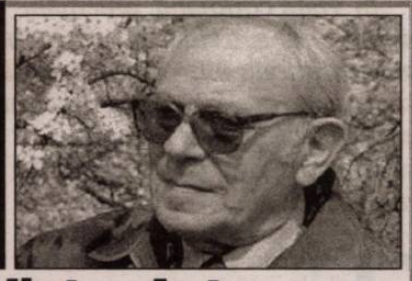
● A fost prima opţiune a regizorului pentru filmul „Fantoma mea iubită", dar a refuzat rolul, care ulterior a fost preluat de Demi Moore, aducându-i acesteia consacrarea internaţională.

În „Orele"

● În filmul „Orele" a trebuit să poarte o proteză nazală pentru a intra cât mai bine în pielea personajului Virginia Woolf. Ea a fost atât de încântată de transformare încât a continuat să poarte proteza şi în afara filmărilor, pentru a induce în eroare paparazzi şi jurnaliştii prea insistenţi.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET



Victor Antonescu

Victor Antonescu s-a născut la data de 16 iulie 1936 în Bucureşti. Câştigătorul premiului II pe ţară la concursul interşcolar de desen din anul 1953, Victor Antonescu s-a impus peste ani ca o personalitate de seamă a animaţiei româneşti, fiind unul dintre creatorii studioului cinematografic „Animafilm".

Din bogata lui filmografie fac parte primul lung-metraj de animaţie românesc, filmul Robinson Crusoe, dar şi alte peste o sută de filme de scurt-metraj sau de lung-metraj, printre care „Orice naş îşi are nasul" (1968), „Greierele şi furnica" (1969), „Grădina amoraşilor" (1974), „Roboţelul Mihaelei" (1976), „Aventuri submarine" (1978), „Somn agitat" (1984), „Colivia" (1984), „Aventurile muşchetarilor" (1986), „Uimitoarele aventuri ale muşchetarilor" (1987) şi „Noile aventuri ale muşchetarilor" (1990).

Creator cu multiple valenţe, Victor Antonescu, acoperă o paleta largă de activităţi, el semnând nu doar regia filmelor sale, ci şi scenariile şi dialogurile la o mare parte dintre acestea.

Începând din 1968, Victor Antonescu s-a ocupat cu un deosebit simţ pedagogic de pregătirea tinerilor animatori, iar rezultatele muncii sale nu au întârziat să apară.

Pentru bogata sa activitate artistică, Victor Antonescu a fost distins cu numeroase premii internaţionale: în 1970 „Perla Televiziunii Italiene" pentru „Greierele şi furnica"; în 1971 menţiune la Festivalul Internaţional de Film de la Moscova pentru „Stejarul şi trestia"; în 1972 menţiune la Festivalul de Film de la Tampere pentru „Stejarul şi trestia"; în 1987 premiul special la Festivalul Internaţional de Film de la Teheran pentru „Somn agitat"; în 1992 marele premiu la Festivalul de Film de la Chişinău pentru „Robinson Crusoe". Totodată, în 2013 a primit Trofeul Uniunii Cineaştilor pentru întreaga activitate.

Colţul cu litere

Un orfan profet şi mântuitor

La începutul acestui an, la editura *Humanitas Fiction* a apărut în colecţia *Raftul Denisei,* ultimul roman din trilogia distopică imaginată de J.M. Coetzee, *Moartea lui Isus* (traducere de Irina Horea). La *Humanitas Fiction* au apărut în anii trecuţi şi celelalte două romane ale trilogiei, *Copilăria lui Isus* şi *Zilele de şcoală ale lui Isus*, despre care am scris la vremea respectivă.

Protagonistul acestui roman, David, „îşi împlineşte destinul tragic, a cărui semnificaţie le scapă celor mai mulţi (inclusiv părinţilor lui adoptivi), deşi orfanii, excluşii şi marginalii îl percep ca pe un profet sau mântuitor".

Din prezentarea editurii aflăm că „Simón, Inés şi Davíd trăiesc de patru ani în Estrella, iar existenţa lor a intrat pe un făgaş al calmei rutine familiale. Simón e angajat la o firmă publicitară, Inés a devenit coproprietara unui magazin prosper, iar David, în vârstă de zece ani, urmează cursurile de dans de la academie. Îi place să joace fotbal cu băieţii din cartier, sub privirea atentă a lui Simón. Într-una din zile, pe marginea terenului apare un anume Dr. Fabricante, care conduce un orfelinat. Este momentul care va schimba radical destinul lui David şi al tuturor celor din jurul lui. Copilul decide să-şi părăsească familia adoptivă, răspunzând vocaţiei sale excepţionale, doar de el pe deplin înţeleasă". Este un roman „impresionant şi neliniştitor, dar şi emoţionant până la lacrimi", scria *The Los Angeles Review of Books.*

Iată şi un fragment din debutul romanului: *E al patrulea an de când locuiesc în bloc. Deşi apartamentul lui Inés de la etajul doi e destul de spaţios pentru toţi trei, el şi-a luat, prin înţelegere mutuală, un apartament numai al său, la parter, mai mic şi mobilat mai simplu. Şi l-a putut permite de când veniturile i-au sporit cu un ajutor de invaliditate din pricina unei leziuni la spate, care nu s-a vindecat niciodată cu totul, o leziune cu care s-a ales când a muncit ca docher în Novilla. Are un venit al lui şi un apartament al lui, dar nu are nici un cerc social, nu pentru că este o fiinţă nesocială sau din pricină că Estrella este un oraş neprietenos, ci pentru că a luat hotărârea, cu mult timp în urmă, să se dedice fără rezerve creşterii băiatului. Cât despre Inés, ea îşi petrece zilele, şi uneori şi serile, la magazinul de modă a cărui coproprietară este – deţine jumătate din el. Prietenii ei provin de la Modas Modernas şi din lumea mai largă a modei. El nu vrea, în mod deliberat, să ştie nimic despre aceste prietenii.*

Pe John Maxwell Coetzee l-am mai prezentat: s-a născut pe 9 februarie 1940 la Cape Town, în Africa de Sud. Îşi încheie strălucit studiile de literatură engleză şi matematică la University of Cape Town în 1961, apoi se mută în Anglia, unde lucrează ca programator. Îşi ia doctoratul cu o analiză stilistică pe calculator a operelor lui Samuel Beckett la University of Texas, Austin.

Debutează cu romanul *Ţinuturi în crepuscul* (Dusklands, 1974; Humanitas Fiction, 2019), urmat de *În inima ţării* (In the Heart of the Country, 1977; Humanitas Fiction, 2017) şi *Aşteptându-i pe barbari* (Waiting for the Barbarians, 1980; Humanitas Fiction, 2014). Pentru cei interesaţi, iată şi alte romane ale scriitorului apărute la *Humanitas Fiction*: *Viaţa şi vremurile lui Michael K* (Life & Times of Michael K, 1983), *Foe* (1986), *Epoca de fier* (1990), *Maestrul din Petersburg* (1994). Romanul *Copilăria lui Isus* vede lumina tiparului în 2013, în 2016, apare *Zilele de şcoală ale lui Isus*, iar *Moartea lui Isus* încheie trilogia în 2019. Din 2002, J.M. Coetzee trăieşte în Australia, iar în 2003 a primit Premiul Nobel pentru literatură.

GEORGE CUŞNARENCU

Protejarea sănătăţii

În viaţa cotidiană, efectuăm numeroase activităţi şi comitem gesturi intrate într-o rutină ce pare să facă parte din acea normalitate care nu are nevoie nici de comentarii, nici de vreo analiză mai atentă.

Totuşi, şi în această situaţie, apar la vedere elemente de care ar trebui să ţinem cont permanent, deoarece ne pot afecta sănătatea, mai devreme sau mai târziu. Asociaţia medicilor americani face următoarele recomandări, care – deşi par a veni din domenii diferite – au ca numitor comun protejarea sănătăţii:

◆ Nu beţi ceai/cafea din pahare de plastic şi nu mâncaţi nimic fierbinte dintr-o pungă de hârtie sau de plastic.

◆ Nu puneţi în cuptorul cu microunde recipiente din plastic. Când plasticele sunt încălzite, chiar dacă nu se deformează, atenţionându-ne astfel că e ceva în neregulă, ele eliberează substanţe chimice care pot provoca 52 de tipuri de cancer.

Guvernul japonez a decis să elimine cuptoarele cu microunde, prevăzându-se chiar sancţiuni foarte drastice faţă de cetăţenii şi organizaţiile care nu respectă cerinţa. La baza interzicerii microundelor în Japonia s-a aflat cercetarea oamenilor de ştiinţă de la Universitatea din Hiroshima, care au constatat că la peste 20 de ani de utilizare a cuptorului cu microunde, undele radioactive au cauzat mai mult rău sănătăţii cetăţenilor decât bombardamentele nucleare din 1945.

Potrivit concluziilor experţilor, alimentele încălzite într-un cuptor cu microunde prezintă vibraţii nefavorabile care nu sunt în armonie cu ritmurile universale. Toţi principalii producători de cuptoare cu microunde din Japonia au închis unităţile în care au fost fabricate aparatele. Încetarea producţiei de cuptoare cu microunde va fi anunţată şi în Coreea de Sud, iar China intenţionează să abandoneze acest tip de tehnologie în 2023.

◆ Evitaţi să beţi Cola cu ananas sau după ce aţi mâncat ananas ca desert. Nu amestecaţi suc de ananas cu Cola. Acest amestec este mortal! Oamenii mor din această cauză şi, în mod eronat, se crede că au fost otrăviţi.

◆ Nu luaţi medicamente cu apă rece de la frigider.

◆ Beţi mai multă apă dimineaţa şi mai puţină seara.

◆ Nu vă întindeţi să dormiţi imediat după ce aţi mâncat sau aţi luat medicamente.

◆ Răspundeţi la apeluri ţinând telefonul la urechea stângă. Nu vorbiţi la mobil când bateria telefonului este aproape descărcată, deoarece radiaţia este de o mie de ori mai puternică decât cu o baterie încărcată.

Eliminarea „pintenilor" de la călcâie

Această problemă deosebit de incomodă din mai multe puncte de vedere apare mai ales la persoanele de peste 40 de ani, dar poate apărea şi la tineri care fac multe sporturi: dureri de călcâi. Durerea acută simţită sub călcâi atunci când stai în picioare sau în timpul mersului este cunoscută şi sub numele de „pinten de călcâi" şi este adesea inofensivă. Ea e cauzată de o supraîncărcare constantă a tălpii piciorului.

Contrar unei convingeri generale, talpa este tendonul care leagă piciorul anterior cu călcâiul şi funcţionează ca un amortizor. Atunci când alergi mult, ai exces de greutate sau supraîncărcare pe tendonul piciorului într-un mod diferit, poate exista o tensiune prea mare în tendon. Acest lucru poate irita sau inflama zona, probleme care, dacă nu se vindecă corect, determină posibilitatea ca tendonul să fie afectat parţial.

Cum ştiţi exact dacă suferiţi de pinten la călcâi? Dacă simţiţi o durere ascuţită sub călcâie atunci când staţi în picioare sau călcaţi pe talpă, este posibil să suferiţi de pinten de călcâi. Deseori, durerea apare dimineaţa, la trezire, dar şi atunci când stai nemişcat mult timp şi apoi te ridici din nou. Apoi, de îndată ce te aşezi pe scaun sau pe pat, durerea scade din nou.

Dacă tendonul este inflamat, e important să îl uşuraţi cât mai mult de sarcină. Aceasta înseamnă că nu veţi parcurge distanţe mari şi, mai ales, nu trebuie să săriţi sau să alergaţi. Desigur, nu trebuie să staţi liniştiţi tot timpul; mişcarea este corectă, dar opriţi-vă dacă simţiţi că durerea creşte. Dezvoltaţi intensitatea antrenamentului şi apoi mergeţi încet.

Aveţi de gând să faceţi exerciţii fizice? Mai întâi, asiguraţi-vă că v-aţi încălzit suficient pentru a vă întinde muşchii. Durerea continuă, totuşi? Atunci este indicat să contactaţi medicul. Totuşi, pintenii de călcâi reapar de obicei în decurs de una până la patru luni. În decurs de un an, în marea majoritatea cazurilor dispare orice durere.

Muşchiul masticaţiei şi migrena

Persoanele care trebuie să facă faţă durerilor de cap şi migrenelor recurente nu trec cu uşurinţă prin aceste stări. Durerea debilitantă este epuizantă atât pentru pacienţi, cât şi – sub un alt aspect – pentru terapeuţi, iar durerea pulsatilă şi persistentă este dificil de eliminat. Cu toate acestea există un truc care vă va ajuta să vă eliberaţi rapid de durerile de cap, în termen de numai 10 secunde, dacă dăm crezare unor fizioterapeuţi.

Durerea de cap poate varia de la obositor la moderat şi poate apărea foarte frecvent sau doar ocazional. Este adesea descrisă ca o durere care se extinde în jurul capului şi ajunge pe ambele laturi ale acestuia. Uneori, o durere de cap combinată cu tensiune provoacă şi o durere a ochilor.

Stresul, anxietatea, lipsa somnului şi deshidratarea pot fi cauze ale durerilor de cap. Muşchiul de mestecat poate juca, de asemenea, un rol important în această situaţie. Este cel mai puternic muşchi din corp şi poate provoca dureri de cap atunci când devine prea contractat. Se află în regiunea

feţei, în jurul obrazului şi maxilarului şi este responsabil pentru mişcările maxilarului.

Un muşchi masticator tensionat sau suprasolicitat poate provoca disconfort la nivelul gâtului, umerilor şi capului, însă durerea de cap cauzată de el poate fi ameliorată printr-o simplă tehnică de masaj.

Mai întâi, localizaţi şanţul de masaj chiar sub pomete şi pe maxilar, folosind degetele (unul sau două). Lăsaţi degetele să se sprijine pe partea cărnoasă a muşchiului masticator. Aceasta este zona pe care urmează să aplicaţi tehnica de masaj. Masaţi cu degetele, către înăuntru şi în jos. Aplicaţi presiune blândă, iar pe parcursul procedurii deschideţi şi închideţi gura, încet. După câteva secunde, muşchiul va deveni mai relaxat şi durerea de cap va scădea. Este important să aplicaţi această tehnică de masaj atunci când puteţi simţi că tensiunea durerii de cap se apropie.

Fizioterapeutul spune, de asemenea, că unele persoane au tendinţa de a încleşta maxilarele când se simt stresate. Pentru aceşti oameni este deosebit de important să se aplice în mod regulat tehnica descrisă mai sus. De asemenea, cei care îşi „macină" dinţii în timp ce dorm pot beneficia de această metodă, deoarece va ameliora durerea.

Bananele previn cancerul

Bananele sunt unele dintre cele mai sănătoase fructe de pe planetă. În primul rând, acest fruct tropical este un adevărat depozit de minerale şi vitamine care pot îmbunătăţi sănătatea. În plus, au un gust unic şi delicios căruia nu mulţi îi pot rezista. Consumul zilnic al acestui fruct poate ajuta în cazul unor probleme de sănătate, cum ar fi: ● răul de dimineaţă ● orbirea ● diabetul ● osteoporoza ● depresia ● cancerul la rinichi.

Iată mai jos şi alte beneficii aduse de consumul bananelor în mod regulat:

■ ***Ajută la digestie.*** Bananele sunt bogate în fibră dietetică, extrem de eficientă în lupta împotriva indigestiei şi constipării.

■ ***Previne deficienţa de calciu.*** Bananele protejează de pierderea calciului din corp. De asemenea, îmbunătăţesc absorbţia de minerale de către oase şi dinţi.

■ Ridică nivelul de inteligenţă. Datorită conţinutului ridicat de potasiu, bananele îmbunătăţesc abilitatea cognitivă şi raţionamentul.

■ ***Previne cancerul la rinichi.*** Ajutând la absorbţia calciului de către corp şi prevenind formarea pietrelor la rinichi, bananele protejează de cancerul la rinichi. De asemenea îmbunătăţesc sănătatea dinţilor şi a oaselor.

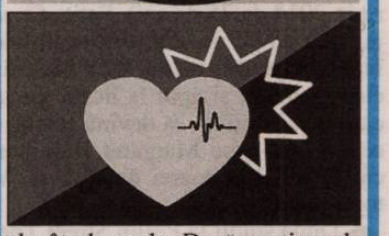
■ ***Luptă împotriva anemiei.*** Consumul bananelor în mod regulat măreşte nivelul de energie. Cu o banană sau două înainte de antrenament, se asigură toată energia necesară la sală.

■ ***Protejează de infarct şi de accidentul vascular cerebral.*** Datorită conţinutului ridicat de potasiu şi scăzut de sodiu, bananele reduc riscul unui infarct sau al unui AVC, dacă sunt consumate în mod regulat.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Semnele atacului de cord



Când apare un atac de cord, inima încetează să mai pompeze sânge în jurul corpului, din cauza aritmiei cardiace. Aceasta este adesea cauzată de arterele înfundate. În săptămânile premergătoare atacului, multe dintre victime observă următoarele simptome: dureri toracice, lipsa respiraţiei „complete", greaţă, ameţeli şi leşin, palpitaţii cardiace.

Infarct silenţios. Jumătate din atacurile de cord trec neobservate. Majoritatea oamenilor care se gândesc la atacul de cord cred că ar putea să aibă dureri incredibile şi să leşine. Dar acesta poate trece şi complet neobservat. S-ar putea să vă simţiţi un pic mai obosit, să aveţi palpitaţii cardiace şi să transpiraţi mai mult decât de obicei. Dar aceste simptome pot apărea din mai multe motive: nu există niciun motiv real să vă gândiţi la un atac de cord imediat.

Există câteva simptome care indică o problemă mai gravă decât oboseala. Dacă aveţi unul sau mai multe dintre următoarele simptome, rămâneţi în alertă: ● presiune sau senzaţie de presiune în piept, care se poate extinde până la gât, maxilar sau spate ● transpiraţie ● greaţă şi/sau vărsături ● durere în abdomenul superior ● dureri de umăr ● respiraţie scurtă ● oboseală extremă ● senzaţie de nelinişte, anxietate ● respiraţie accelerată.

La femei, semnalul şi simptomele unui atac de cord sunt mai puţin clare decât în cazul bărbaţilor şi deseori se confundă cu simptomele menopauzei. Cauzele importante ale bolilor de inimă sunt cele genetice, hipertensiunea arterială, obezitatea, stresul, lipsa exerciţiilor fizice sau fumatul.

La fel ca bărbaţii, femeile prezintă o „strângere" sau durere în piept, care se poate extinde până la braţele superioare, gât, maxilar, spate şi stomac. Durerea durează adesea mai mult de 5 minute şi poate fi însoţită de transpiraţie, greaţă sau vărsături. Cu toate acestea, de multe ori femeile se confruntă şi cu celelalte simptome menţionate mai sus ca „silenţioase".

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Ce sunt blocajele energetice ale corpului

şi ce soluţii pentru deblocare oferă medicina energo-informaţională

Corpul uman nu poate exista nici măcar o zi pe Pământ fără energie. Energia este combustibilul de care are nevoie corpul în procesele fizio-anatomice. Sângele circulă prin artere, iar dacă ne rănim îl vedem că există, „stăm liniştiţi", energia curge prin meridianele energetice, dacă este blocată nu o vedem dar o simţim prin diferite simptome.

O prima cauză a bolilor care în loc să se vindece se cronicizează o constituie blocajele energetice ale corpului. Cauzele blocajelor sunt, în general, diferite cicatrici care rămân după o intervenţie chirurgicală (şi care pot fi deblocate), medicamente de sinteză, metale grele în organism, virusuri, bacterii şi alte forme de noxe toxice, flora intestinală în dezechilibru, incapacitatea organismului de autoreglare.

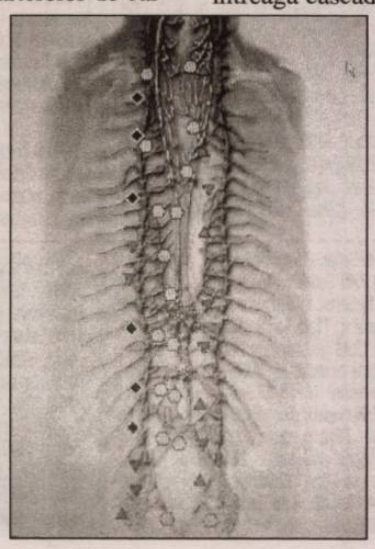
Diagnosticarea energetică ne arată deja blocajele energetice din corpul pacientului, aflat în terapie.

Terapiile oferite de medicina energo-informaţională sunt terapii personalizate, fără durere, fără medicamente, adecvate omului de astăzi, un om agasat de un mediu înconjurător şi o alimentaţie manipulate. Studii recente arată că în alimente se găsesc peste 200 de celule sintetice pe care corpul nu le recunoaşte şi nu ştie cum să le claseze, le depune în ţesuturile circulare, care formează „un depozit de gunoi", un focar permanent de infecţii în corp.

După ce pacienţii trec de diagnosticarea energetică şi se încep terapiile, la fiecare şedinţă se măsoară statutul energetic al pacientului şi oxigenarea plămânilor şi a căilor respiratorii.

Acolo unde avem blocaje energetice mari (cicatrici sau metale grele), chiar după prima şedinţă pacienţii simt ameliorări sau durerile cronice pe care le aveau devin mai rare.

O să dau cazul unei doamne de 65 de ani, care se prezintă la noi la centru printre altele cu dureri mari la degetele de la mâini, încheieturile mici. Durerile ce o chinuie de mai bine de patru ani, chiar uneori cu adevărate crize. Înainte de a veni la noi a fost în tratamentul medicinei clasice cu diagnosticul: reumatism/gută, i s-au administrat medicamente de sinteză. A consultat mai departe un specialist în ortopedie care i-a recomandat cortizonul de sinteză, doamna a refuzat categoric. Durerile de care pacienta suferea indicau elementul lemn: persoanele care au acest element în diagnostic sunt în general persoane vesele şi prietenoase, dar sunt şi persoane care nu-şi arată „furia", sunt interiorizate, concret se încarcă energetic negativ, fapt ce poate duce la simptome psihosomatice. Am început tratamentul cu o detoxifiere la nivel celular şi refacerea comunicării energetice la nivel de celulă, organ, sistem şi o refacere biologică printr-un card informativ, programe de gută şi boli reumatice. După care au urmat conform diagnosticului câteva programe de detoxifiere a ficatului, eliberarea arterelor de calculi, detoxifierea şi refacerea lichidului sinovial pe încheieturi şi programe reumatice. După cele şase şedinţe de bază au dispărut durerile şi a reapărut flexibilitatea la nivelul degetelor. Am recomandat mai departe o şedinţă de întreţinere lunară. Asemenea cazuri sunt frecvent întâlnite la noi în Centru şi este recomandat cortizonul natural „Bicorsan".



Situaţii asemănătoare avem mereu, blocaje energetice provocate de diferite cicatrici, indiferent de felul intervenţiei chirurgicale. În multe situaţii blocajele energetice sunt urmate de depresii şi stări anxioase.

Foarte des avem copii la care timusul este blocat. Adesea nu numai după o intervenţie chirurgicală, ci şi după o sperietură, o traumă.

Readucerea corpului în bioritmul propriu produce o cascadă de reacţii biochimice benefice în corp şi fenomenul de autodistrugere este întrerupt. Încărcarea organismului cu toxine duce la o acumulare masivă de radicali liberi. Persoanele care se enervează repede au o capacitate mare de acumulare de radicali liberi, de aici o întreagă cascadă de blocaje energetice.

Tratamentele cu biorezonanţă care au la bază fizica cuantică şi folosesc informaţia energetică proprie a corpului sunt în prima linie pentru deblocarea energetică şi eliminarea de noxe toxice la nivel celular. Atunci când folosim semnale (informative) externe este o terapie de refacere constituţională a corpului, o susţinere pe linia de încărcare energetică.

Studiile de neurobiologie au la bază fizica cuantică, o fizică modernă, care se impune tot mai mult şi care stă la baza aparatelor de medicină energo-informaţională. În această nouă direcţie sunt înglobate şi modelele tradiţionale, care sunt explicate ştiinţific prin fizica cuantică. Desigur că vor urma modificări esenţiale într-un domeniu de cercetare care încă mai explică lumea prin fizica mecanică. Acest monument al gândirii mecanice, statice este pe cale să se prăbuşească. O adevărată provocare pentru cei care sunt fixaţi pe fizica mecanică, indiferent de domeniu.

Medicina energo-informaţională se bazează întotdeauna pe realitatea prezentă în momentul tratamentului, pe bio-informaţia care în cadrul terapiei joacă rolul principal. O metodă fascinantă, chiar şi în situaţiile când medicina clasică nu mai vede nici o soluţie. Să aduci organismul înapoi în bioritmul propriu este şi pentru terapeut o provocare, ferm convins şi de faptul că, prin mâinile lui, Creatorul este prezent.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

Pentru mai multe informaţii accesaţi:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital Bucureşti, Calea Vitan nr. 28, sector 3

PUBLICITATE

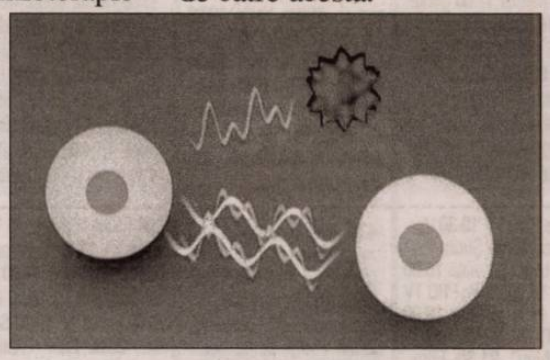
Nou la DermaVital – cardul cu terapia 4W

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunităţii înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecţiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar şi copiii au de multe ori dereglări energetice.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intruşilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acţiune când un „intrus" a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit şi a fost memorat de către acesta.



TERAPIA 4W
– zidurile de apărare a imunităţii înnăscute!

Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvenţelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.

Terapia este în ofertă până la data de 30.06.2021

4 şedinţe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitate în 2 rate.

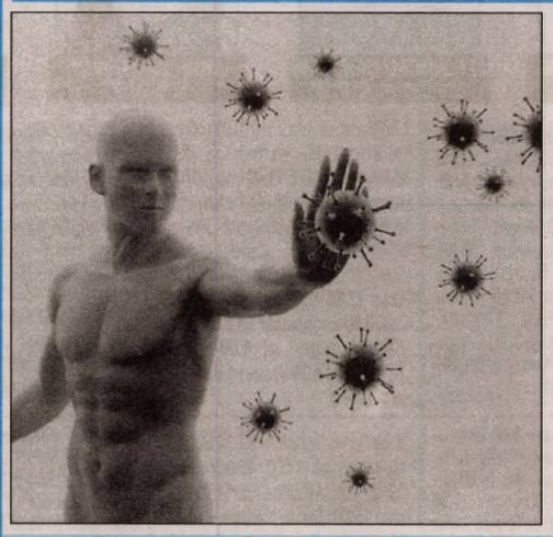
dermaVITAL

covid -19

tel 0731.871.968 / 021.322.40.04

www.dermavital-med.ro

NOU!! – card de terapii post Coronavirus!



Centru German DermaVital vă pune la dispoziţie atât tratamente Post Covid de prevenire a sechelelor ce pot apărea după infecţia cu Covid-19, cât şi tratamente Post Vaccin pentru neutralizarea efectelor secundare ale vaccinului.

Pentru mai multe informaţii accesaţi:

www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor terapii!

PUBLICITATE

LUNI – 28 iunie

TVR 1
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 10.00 Teleshopping 10.15 Team Romania 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.00 România 9 18.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 19.30 Vorbește corect! 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 21.30 Serial: „Jocurile timpului" 0.10 Telejurnal 0.55-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.45 Fotbal: Scoția – Cehia 18.00 Ce spun românii 18.45 Fotbal UEFA Euro 2020 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal UEFA Euro 2020 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la circ! 22.45 iUmor extraViral 0.15 Observator 0.45 Film: „Omu' de la Zoo" (r) 2.30 Acces direct (r) 4.15 Poftiți pe la noi: Poftiți la circ! (r)

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Talc talk 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Represalii" (SUA, 2018). Cu: Bruce Willis, Frank Grillo 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Represalii" (r) 3.30 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 9.15 Serial (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor". Cu: Alejandro Camacho 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.09 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Serial: „Armăsarul sălbatic" 9.30 Teleșcoala (r) 10.00 Documentar 360º-GEO 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Descălecați în Carpați (r) 14.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: trei dormitoare și un cadavru" (partea a II-a) 15.00 Documentar 360º-GEO 16.00 Serial: „Doctor Quinn". Cu: Jane Seymour 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate (r) 17.57 Olimpiade de aur 19.00 Telejurnal 20.00 #Generații TVR 65 22.00-23.00 Reluări 0.00 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 2.45-5.30 Reluări.

PRO CINEMA
5.45 Film (r) 7.45 Serial: „La Bloc" (r) 10.15 Film: „Actorul și sălbaticii" (r) 13.45 Film: „Mamma Mia: Her We Go Again" (r) 16.15 Film: „Ce se întâmplă în Vegas..." (SUA, 2011). Cu: Jennifer Finnigan 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Primul cântec" (SUA, 2015). Cu: Anne Hathaway 22.15 Film: „De cealaltă parte a ușii" (SUA, 2016). Cu: Sarah Wayne Callies 0.15 Film: „Iubire periculoasă" (SUA, 1996). Cu: Tori Spelling 2.15-3.45 Reluări.

MARȚI – 29 iunie

TVR 1
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 10.00 Teleshopping 10.15 #Creativ (r) 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.00 România 9 18.00 Team Romania 18.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 19.30 Vorbește corect! (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 22.10 Film: „Întoarcerea din lad" (coprod., 1968). Cu: Steve Reeves 23.10 Doc.: „Legende și mistere" 0.00 Telejurnal 0.45-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 18.45 Fotbal UEFA Euro 2020 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal UEFA Euro 2020 0.00 Fotbalul se joacă la ProTv 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la circ! 22.50 iUmor extraViral 0.30 Observator 1.00 Film: „O altă adresă de pomină" (r) 3.00 Observator (r) 4.00 Poftiți pe la noi: Poftiți la circ!.

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Roșcovanul" (România, 1976) 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 Talc Talk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Roșcovanul" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei 5.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Memorialul Durerii (r) 9.00 Repere sacre 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Cap compas (r) 14.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: casa familiei Julius" (Canada, 2015) 15.00 Documentar 360º-GEO 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate (r) 17.57 Olimpiade de aur 19.00 Telejurnal 20.00 #Generatii TVR 65 22.00-23.00 Reluări 0.00 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 1.10-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 La Măruță (r) 8.30 Film: „Song One" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „Legally Blondes" (r) 14.30 Film (r) 16.00 Film: „Omul de oțel: Împotriva lui Technovore" (SUA, 2013) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Măsuri disperate" (SUA, 1998). Cu: Michael Keaton, Andy Garcia 22.30 Film: „Teroare în mlaștină" (SUA, 2014). Cu: Ross Britz, Sloane Coe 0.15-3.45 Reluări.

MIERCURI – 30 iunie

TVR 1
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 10.00 Teleshopping 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 14.00 Telejurnal 15.10 Convietuiri 17.00 România 9 18.00 Team Romania 18.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 19.30 Vorbește corect! (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 21.30 Adevăruri despre trecut 22.00 Microbist de România 23.00 Serial: „Godunov" 0.00 Telejurnal 0.45-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Cursă mortală" (SUA, 2008). Cu: Joan Allen, Jason Statham 23.30 Știrile PRO TV 23.45 Film: „12 încercări: Izolarea" (SUA, 2015) 1.30 Serial: „Atletico Textila" 2.30-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la circ! 23.15 Observator 23.45 Super Prieteni cu Gică Popescu 0.15 Film: „Ultima redută" (SUA, 2013) 2.30 Observator (r) 3.15 Băieți de oraș.

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! (r) 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Activități criminale" (SUA, 2015). Michaell Pitt, John Travolta 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Activități criminale" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Ferma (r) 9.00 Serial: „Armăsarul sălbatic" 9.30 Teleșcoala (r) 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: casa familiei Julius" (partea a II-a) 15.00 Documentar 360º-GEO 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate (r) 17.57 Olimpiade de aur 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Jackie și Ryan" (SUA, 2013). Cu: Katherine Heig! 21.50 Veniți de gustați! 22.00-23.00 Reluări 23.56 Serial: Sub soarele Ecuatorului" 1.10-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 La Măruță (r) 8.00 Film (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film: „Mamaia" (r) 14.30 Film: „Holmes and Watson" (r) 16.15 Film: „O duminică de pomină" (SUA, 2008). Cu: Ice Cube 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Îngerii lui Charlie" (SUA, 2011) 22.30 Film: „Îmbrățișarea vampirului" (SUA, 2013) 0.30 Film: „Charlie's Angels" (r) 2.30 La Măruță (r) 4.00 Serial (r).

ELENA ANAYA – vineri, 21.10 –

JACKIE CHAN – sâmbătă, 16.30 –

NATALIE PORTMAN – joi, 0.00 –

ALEJANDRO CAMACHO – luni-duminică, 19.00 –

ANNE HATHAWAY – luni, 20.30 –

JOHN TRAVOLTA – miercuri, 20.00 –

JANE SEYMOUR – luni-duminică, 16.00 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 1 iulie

TVR 1
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 10.00 Teleshopping 10.15 Istorii ascunse 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente 17.00 România 9 18.00 Team Romania 18.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 19.30 Vorbește corect! 20.00 Telejurnal 21.00 Tema zilei 21.30 Izolați în România (r) 22.00 Dispăruți fără urmă 23.00 Serial: „Godunov" 0.00 Telejurnal 0.45-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Siguranță națională" (SUA, 2003). Cu: Martin Lawrence 23.15 Știrile PRO TV 23.30 Film: „Cod de onoare" (SUA, 2016). Cu: Steven Seagal 1.45 Serial: „Atletico Textila" 2.30 Arena bucătarilor 3.00-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Burlacul (finala) 23.30 Observator 23.00 Burlacul 0.00 Film: „Fără obligații" (SUA, 2011). Cu: Natalie Portman 2.00-4.00 Reluări.

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Hai cu fetele! (r) 16.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" (r) 20.00 Film: „Cartelul ucigaș" (SUA, 2015). Cu: Scott Adkins 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Cartelul ucigaș" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Rețeaua de idoli (r) 9.00 Serial: „Armăsarul sălbatic" 9.30 Teleșcoala (r) 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților (r) 13.30 Natură și aventură (r) 14.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: o aventură ilicită" (Canada, 2017) 15.00 Documentar 360º-GEO 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 Frați de viță (r) 17.30 România... în bucate (r) 17.57 Olimpiade de aur 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „O mamă de coșmar" (SUA, 2018). Cu: Sofia Vassilieva 21.45 Veniți de gustați! 22.00-23.00 Reluări 0.00 Serial: „Sub soarele Ecuatorului" 1.10-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
5.30 La Măruță (r) 7.30 Film: „O minune de băiat" (SUA, 1950) 9.15 Serial (r) 11.45 Film (r) 13.30 Film: „Miss Congeniality 2" (r) 15.45 Film: „Poveștea lui Lance Armstrong" (SUA, 2013) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film artistic 22.30 Film: „Moromeții 2" (România, 2018) 0.45 Film: „Sahara" (coprod., 2005). Cu: Matthew McConaughey 3.00 La Măruță (r) 4.30 Serial: „La Bloc" (r).

VINERI – 2 iulie

TVR 1
7.00 Telejurnal 8.00 Cu capu-n zori 10.00 Teleshopping 10.15 Izolați în România (r) 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 13.50 Team Romania 14.00 Telejurnal 15.10 Opre Roma 16.00 EURO polis 17.00 Cooltura 18.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 19.30 Vorbește corect! (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Căpitanul Alatriste" (Spania, 2006). Cu: Viggo Mortensen, Elena Anaya 23.45-5.15 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 18.45 Fotbal UEFA Euro 2020 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal UEFA Euro 2020 0.00 Fotbalul se joacă la PRO TV 1.00 Serial: „Atletico Textila" 2.00-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 Divertisment: 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Film d.a.: „Cartea Junglei" (SUA, 1967) 22.00 Film: „Omu' de la Zoo" (SUA, 2011). Cu: Rosario Dawson, Kevin James 0.00 Film: „Misiune de salvare" (SUA, 2012). Cu: Drew Barrymore 2.00-4.00 Reluări.

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Serial: „Ringo" 16.00 Mama mea gătește mai bine (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Film: „Sfidarea" (SUA, 2008). Cu: Daniel Craig 22.30 Film: „Restul e tăcere" (România, 2008). Cu: Ovidiu Niculescu 1.15-6.00 Reluări.

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Destine ca-n filme (r) 9.00 Serial: „Armăsarul sălbatic" 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților (r) 13.30 Pescar hoinar (r) 14.00 Film: „Asterele Aurorei Teagarden: o aventură ilicită" (partea a III-a) 15.00 Documentar 360º-GEO 16.00 Serial: „Doctor Quinn" 17.00 #Generatii TVR 65 (r) 17.59 Memorialul Durerii (r) 19.00 Telejurnal 20.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
5.15 La Măruță (r) 7.15 Film: „Iron Man: Rise of the Technovore" (r) 9.00 Serial (r) 11.30 Film: „First Sunday" (r) 13.30 Film: „The Armstrong Lie" (r) 16.00 Film: „Eroii muntelui" (Australia, 2002) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Triunghiul dragostei și al morții" (coprod., 2014). Cu: Oscar Isaac, Viggo Mortensen 22.30 Film: „Ea" (SUA, 2013). Cu: Joaquin Phoenix, Amy Adams 1.00 Film (r) 3.00 La Măruță (r) 4.30 Serial: „La Bloc" (r).

SÂMBĂTĂ – 3 iulie

TVR 1
7.00 Tezaur folcloric (r) 8.00 Serial: „Cireșarii" 9.00 1, 2, 3 și afli tot ce vrei! 9.35 Eu pot! 10.35 Vreau să fiu sănătos! 11.30 Team Romania (r) 12.00 #Creativ (r) 12.30 Pofticioși, la cratiță! 13.00 Serial: „Dragul de Raymond" 14.00 Telejurnal 14.30 Ora Regelui 15.30 Film: „Cea mai frumoasă vară" (SUA, 2016) 17.10 Vedeta populară (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.10 Rugby: România – Argentina 23.00-0.00 Reluări 1.00 Doc.: „Dosarele extratereștrilor" 2.10-5.05 Reluări.

PRO TV
6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film: „Cartea Junglei 2" (SUA, 2003) 11.15 Ce spun românii (r) 12.15 Film: „Laguna albastră" (SUA, 1980) 14.30 Film: „Strumpfii 2" (SUA, 2013) 16.30 Film: „Cowboy Shaolin" (SUA, 2000). Cu: Jackie Chan 18.45 Fotbal UEFA Euro 2020 21.00 Știrile PRO TV 21.45 Fotbal UEFA Euro 2020 0.00 Special UEFA Euro 2020 1.00 Atletico Textila 2.00-4.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.50 Film d.a.: „Sunt un mic ticălos 2" (SUA, 2013) 10.50 Serial: „Adela" (r) 13.00 Observator 13.45 Mireasa 16.00 Chefi la cuțite (r) 19.00 Observator 20.00 Next Star 23.00 Film: „Amnezie cu surprize" (SUA, 1987). Cu: Goldie Hawn, Kurt Russell 1.00 Film (r) 2.45 Hello Chef (r) 3.30 Burlacul (r).

PRIMA TV
7.00 Flash monden 7.30 Teleshopping LIVE 9.00 Starea nației (r) 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Flash monden 12.00 Poezie și delicateturi 14.00 Film: „Trandafirii sunt pentru cei bogați" (partea a II-a) 16.00 Film: „Căsătorie cu repetiție" (România, 1985) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Film: „Paradisul pierdut" (SUA, 2014). Cu: Benicio Del Toro 23.00 Film: „Don Camilo" (SUA, 1984). Cu: Terence Hill 1.30-6.00 Reluări.

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Dulce-amărui" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Generația Fit (r) 8.30 MotorVlog (r) 9.00 Zile cu stil (r) 9.30 Euromaxx 10.00 Mic dejun cu un campion (r) 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Descălecați în Carpați (r) 12.30 Cap compas (r) 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbați de 10 17.00 Frați de viță (r) 17.30 MotorVlog (r) 18.00 Distracțiile lui Cazacu (r) 18.30 Zile cu stil (r) 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „S-o salvăm pe Floral" (SUA, 2018). Cu: Jenna Ortega, Martin Martinez 22.10 Serial: „Pacatul și rușinea" 0.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
5.30 Ce spun românii (r) 7.30 Film: „Pentru prima dată" (SUA, 1952) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 11.45 Film: „The Armstrong Lie" (r) 14.15 Film (r) 16.30 Film: „Doi băieți și mai multe fete" (SUA, 2009). Cu: Nicholas D'Ag 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Am fost odată sexy" (SUA, 2002). Cu: Rob Schneider 22.30 Film: „Cursa letală: 2050" (SUA, 2017). Cu: Manu Bennett 0.30-4.00 Reluări.

DUMINICĂ – 4 iulie

TVR 1
7.00 Universul credinței 9.00 M.A.I. aproape de tine 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viața satului (II) 13.00 Tezaur folcloric (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Politică și delicatețuri (r) 15.30 Adevăruri despre trecut 16.00 Ai luat plasă! 17.00 Exclusiv în România 18.00 Dosar Romania 19.00 Omul și timpul 20.00 Telejurnal 21.10 Gala Crucea Roșie 23.00 Garantat 100% (r) 0.00 Replay 1.00 Doc.: „Dosarele extratereștrilor" 2.10-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Film: „Smurfs 2" (r) 12.00 Ce spun românii (r) 13.00 Film (r) 15.15 Film: „Romy și Michelle: Anii tinereții" (SUA, 2005) 17.00 Film: „Tineri însurăței" (SUA, 2003) 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Ziua Independenței: Renașterea" (SUA, 2016) 22.15 Film: „Air Force One" (SUA, 1997) 0.30 Serial: „Atletico Textila" 1.30-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 10.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 13.30 Hello Chef! 14.15 Next Star (r) 17.15 Film d.a.: „Cartea Junglei" (r) 19.00 Observator 20.00 Chefi la cuțite: Familii la cuțit 23.30 Film: „Cowboys și Extratereștri" (SUA, 2011). Cu: Daniel Craig, Olivia Wilde 2.00 Film: „Dracula: Povestea nespusă" (SUA 2014). Cu: Luke Evans, Dominic Cooper 3.45 Antitalent.

PRIMA TV
7.00 TÂLCtalk (r) 7.30 Teleshopping live 9.00 Focus la prima oră 11.00 Insider Politic 12.00 Film: „Căsătorie cu repetiție" (r) 14.00 Poezie și delicateturi 16.00 Film: „Mamă de ocazie" (SUA, 2009) 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Traducătorii" (Franța, 2019). Cu: Olga Kurylenko 22.30 Poezie și delicateturi (r) 0.30 Film: „Mamă de ocazie" (r) 2.30 Film (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Insider politic (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „Imperiul minciunilor" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Dulce-amărui" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „Până la ultima picătură" 19.00 Serial: „Imperiul minciunilor" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 1.00-3.45 Reluări. 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „Până la ultima picătură" (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.30 Natură și aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Frați de viță (r) 12.30 Sănătate cu de toate (r) 13.10 Film: „Un echipaj pentru Singapore" (România, 1981) 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Rețeaua de idoli (r) 19.00 Telejurnal 19.35 E vremea ta! 20.09 Film: „Furtună în pacific" (România, 1985) 22.40 Film: „Legenda pianistului de pe ocean" (Italia, 1998) 0.25-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Ce spun românii (r) 8.15 Film: „Heroes' Mountain – Thredbo Story" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „The First Time" (r) 14.45 Film: „Fired Up!" (r) 16.30 Film: „Stă să plouă cu chiftele 2" (SUA, 2013) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Amici de pahar" (SUA, 2013) 22.15 Film: „Capcana" (SUA, 2016). Cu: Patrick Wilson, Jessica Biel 0.15 Film: „Drinking Buddies" (r) 2.00 La Măruță (r) 3.30 Serial: „La Bloc" (r).

ŞIRETLICURI

Integramă de **M. ALBU**

GARANŢII EXPERŢI ÎN STUDIUL VIRUSURILOR		OS DE LA UN JOC DE COPII CASE BOIEREŞTI		FLUIER CU CLAPE MIOARE		ÎNCEPUT DE COLIND! FANTASTIC		ECHIPA ŞI REZERVELE PERFECT IDENTIC		ASCUNDEREA ADEVĂRULUI STRĂPUNS DE BURGHIU
CAVALERIST DIN ARMATA ROMÂNĂ TINERI							GAZ DE SONDĂ CLĂDIRI ÎN PARAGINA			
				ZIUA TRECUTĂ SLĂBICIUNE PROVOCATĂ DE LIPSA HRANEI					DIN AVUŢIE! UVULE	
A SE FACE FRIG SUNET LA CEAS					SCRIITORI PUBLICIŞTI ÎMBINAŢI					
			EGALI CU ZERO ÎN ŞALUPĂ!					POVESTE CU ZEI MARIN LA MIJLOC!		
	AVÂNT PRIMUL PREOT DIN ENURIE					ÎNLOCUITOR DE CAFEA OMUL DE ALĂTURI				SCHIŢE ÎN ATLAS
		ÎNTREAGA LUME A PLANTA							CREDINCIOS ŞI CINSTIT	
CEP! BIRLIC EXPERIENŢĂ LA LUCRU			FIRE DE URZEALĂ SCOBIT				AMBARCAŢIE CU O VELĂ ETATE			
								NECESAR RESPIRAŢIEI TERMOS GOL!		
CAMERE AVERI STRÂNSE CU TIMPUL					VENIT PE UŞA DE AFARĂ					

Umor

☺ *Se întâlneşte un dirijor cu Dumnezeu.*

Dirijorul: Doamne ajută-mă să devin cel mai bun dirijor!

Dumnezeu îl întreabă: Fiule, ţi-ar plăcea să fii dirijorul corului meu de îngeri şi cei mai buni compozitori precum Mozart, Beethoven, Schubert să scrie pentru ţine?

Dirijorul: Ar fi un lucru extraordinar!

Dumnezeu: Pregăteşte-te, mâine la 10 ai prima repetiţie!

☺ *După miezul nopţii, sună cineva la uşă. Bubulina se duce somnoroasă să deschidă. În faţa uşii erau patru bărbaţi, beţi criţă.*

– Stimată doamnă, noi am venit să-l conducem pe soţul dumneavoastră până acasă, dar nu ştim care dintre noi este.

☺ *Turistul, într-un sat din Ardeal:*

– Auzi bade, în satul ăsta, unde fierbeţi voi palincă?

– D-apăi, domnule dragă, vezi dumneata biserica aia?

– Da.

– No, numa acolo nu!

☺ *– Arde, arde! Veniţi repede! strigă o blondă la telefon.*

– Şi cum ajungem la locul incendiului?

– Nu mai aveţi maşinile alea mari şi roşii?

☺ *– Gigel, pe care raft din bibliotecă ai pus cărţile de matematică?*

– La raftul de cărţi horror.

ILINCA ANASTASIA ŞANTA – Bucureşti

SUDOKU

jocul săptămânii: 25

		4				5	7	
	3		2		5	1		
		3	4					9
9		5	6		7	8		1
6					9	7		
		6	3		8		4	
	8	9				6		

Soluţia în numărul viitor

Soluţia «SUDOKU» – jocul săptămânii 24

6	8	9	1	5	7	3	2	4
3	7	5	4	9	2	6	8	1
2	4	1	3	8	6	9	7	5
8	5	2	6	3	1	4	9	7
1	3	7	5	4	9	2	6	8
9	6	4	2	7	8	1	5	3
5	2	6	8	1	4	7	3	9
7	1	8	9	2	3	5	4	6
4	9	3	7	6	5	8	1	2

Soluţia integramei „SERENADĂ"

Orizontal: O - O - P - N - Z - T - ELECTRICIENI - TURNIR - DUET - ZERO - LOJE - UR - NOTA - SUIERA - SI - INMII - COT - O - ARII - CARN - LEGI - TRANA - V - RA - SUI - ANTI - DESPUIAT - ARA - TAUR - LIVRET - TETRACICLINA.

Verificaţi-vă cunoştinţele!

Căsătoria

1. Care era, în mitologia greacă, protectoarea intransigentă a căsătoriei?
2. Cum se numea patroana căsătoriilor din mitologia germanică?
3. Ce pictor englez (1697-1764) a pictat tabloul „Căsătoria"?
4. Ce prozator maghiar (1863-1922) a scris romanul „Contract de căsătorie"?
5. Ce compozitor italian (1749-1801) a compus muzica operei „Căsătoria secretă"?
6. Ce însemna în epoca medievală „Căsătoria Veneţiei cu marea"?
7. Cine a realizat, în 1964, filmul „Căsătorie în stil italian"?

Răspunsurile la întrebările din numărul trecut

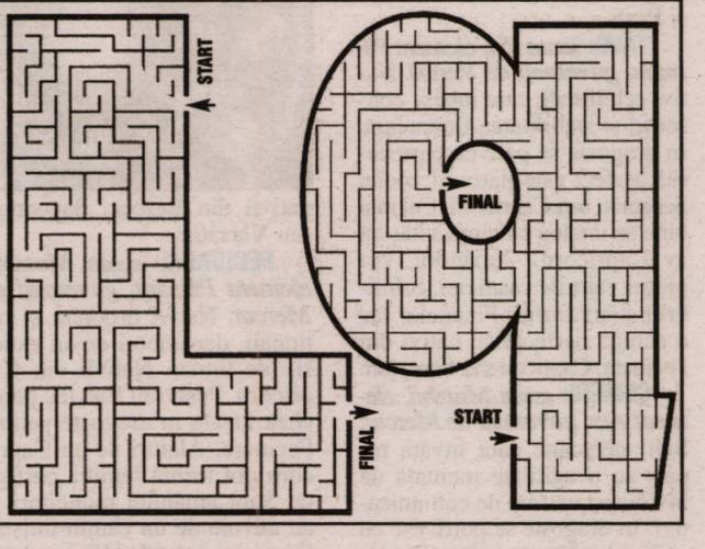
1) Cuţitul este un instrument de tăiat, format dintr-o lamă ascuţită, de obicei metalică şi dintr-un mâner, având numeroase întrebuinţări în gospodărie, în atelier etc. 2) Cuţitul de plug este o parte a plugului care taie brazda la plan vertical, fiind situat înaintea trupiţei. 3) Poezia „Inscripţie pe un cuţit" a fost scrisă de Tudor Arghezi. 4) Muzica operetei „Cuţitele" aparţine compozitorului Isaak Osipovici Dunaevski. 5) Tabloul „Cocoş şi cuţit" poartă semnătura lui Pablo Picasso. 6) Biserica „Cuţitul de argint" se află în dealul Filaret, lângă Arenele Romane, fiind adiacentă Parcului Regele Carol I. 7) Filmul polonez „Cuţitul în apă" a fost realizat de regizorul Roman Polanski.

Poşta cititorilor Pentru întrebările cu tema „Copii" am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamţ; *Mioara Popa,* Iaşi; *Monica Vlad,* Timişoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Braşov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* şi *Luminiţa Popescu,* Bucureşti; *Ing. Ion Ciocşan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galaţi; *Ing. Mihai Călcâianu* şi *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuş-Bihor; *Prof. Marin Ştefan,* Şimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* şi *Prof. Mihai Piscureanu,* Bucureşti.

✉ Aşteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercaţi să rezolvaţi labirinturile.



Grădina de lângă casă

Parodia chrysacanthion

● Genul *Parodia* include aproximativ 50 de specii cu tulpini sferice sau cilindrice, solitare sau grupate, originare din America de Sud.

● Cea mai cunoscută este specia *Parodia chrysacanthion.* Cactusul formează o singură tulpină de formă sferică cu diametrul de 10-12 cm.

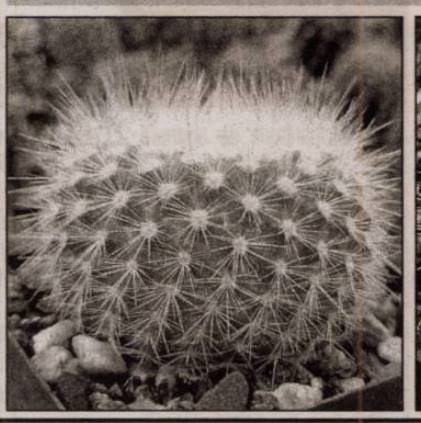
● Înfloreşte primăvara sau vara. Florile se formează în vârful cactusului şi au culoare galben-aurie, portocaliu, roz sau roşu.

● Se amplasează în plin soare.

● Se udă prin pulverizări uşoare, o dată la 10-15 zile, din aprilie până în octombrie şi o dată pe lună în restul anului.

● Se poate transplanta o dată la 2 ani. Dacă este crescut în ghivece, cactusul rezistă între 5 şi 20 de ani.

● Se poate înmulţi prin seminţe, primăvara, la temperaturi de 22-24ºC.



Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Cu cine sunteți compatibili?

Oamenii, mai mult sau mai puțin, cred în destin sau în semnele zodiacale, responsabile pentru determinarea personalității nativilor. Cu toate acestea, viața fiecăruia este mult mai complexă decât arată zodiacul.

Iată că în rândurile următoare vă vom prezenta câteva caracteristici și compatibilități ale fiecărei zodii.

BERBEC: ***semn Cardinal, element Foc, guvernați de Marte.*** Persoane hotărâte, entuziaste și sincere, care în dragoste își pot găsi jumătatea în zodiile Leu, Săgetător și Balanță. Una dintre cele mai intense și durabile relații este cea formată dintre un Berbec și un Săgetător. Amândoi sunt semne de Foc și vor ști să întrețină pasiunea vie pentru toată viața. Financiar, Berbecii se potrivesc bine cu nativii din Săgetător, Vărsător și Pești.

TAUR: ***semn Fix, element Pământ, guvernați de Venus.*** Nativi echilibrați, care iubesc confortul și stabilitatea financiară. În dragoste se pare că partenerul perfect este nativ al zodiei Scorpion sau Capricorn. Cel mai bine se înțeleg cu cineva născut în Capricorn. Amândoi vor prețui valorile căsniciei, echilibrul și confortul. Financiar fac o echipă perfectă cu nativi din Fecioară, Capricon sau Scorpion.

GEMENI: ***semn Mutabil, element Aer, guvernați de Mercur.*** Sunt persoane care învață rapid, au o agilitate mentală de invidiat și extrem de comunicativi. În dragoste se potrivesc cu nativi din Vărsător sau Săgetător. O compatibilitate reușită o fac cu Vărsătorii, amândoi vorbind la fel de mult, amândoi pasionali, plini de surprize și la fel de îndrăgostiți ca în prima zi. Financiar se pot alătura de nativi din Leu, Fecioară și Pești.

RAC: ***semn Cardinal, element Apă, guvernați de Lună.*** Nativii au o fire timidă, sensibilă, emotivă, care se bazează exclusiv pe emoții și sentimente. În dragoste își pot găsi sufletul pereche în zodiile Capricorn sau Taur, deoarece au personalități și mentalități diferite. Este adevărat că firile opuse se atrag întotdeauna. Financiar fac echipă bună cu nativi din Scorpion, Pești sau Capricorn.

LEU: ***semn Fix, element Foc, guvernați de Soare.*** Puternici, activi, mereu deschiși pentru orice activitate, dar și extrem de mândri și orgolioși, nativii Leu pot forma un cuplu reușit cu un nativ din zodia Vărsător sau Gemeni. Personalitatea Leilor strălucește întotdeauna mai puternic, așa că ceilalți ar trebui să-i respecte ca pe un rege. Financiar se înțeleg bine cu

nativii din Berbec, Săgetător, sau Vărsător.

FECIOARĂ: ***semn Mutabil, element Pământ, guvernați de Mercur.*** Nativi ordonați și raționali, dar uneori devin excesiv de timizi. Nativii din Capricorn, Pești sau Rac fac perechea ideală în dragoste pentru Fecioare. Alături de un Capricorn pot forma familia perfectă. Sunt amândoi muncitori și au nevoie de un cămin liniștit. Financiar se înțeleg bine cu nativii din Taur, Capricorn sau Pești.

BALANȚĂ: ***semn Cardinal, element Aer, guvernați de Venus.*** Diplomați, amabili, sociabili și prietenoși, nativii acestei zodii în dragoste fac o pereche ideală cu un Vărsător, Berbec sau Săgetător. O atracție fizică intensă formează cu un nativ Vărsător. Financiar se potrivesc bine cu nativii din Berbec, Gemeni, Vărsător.

SCORPION: ***semn Fix, element Apă, guvernați de Pluto.*** Puternici din fire, nativii Scorpion nu se lasă ușor înfrânți. Sunt magnetici, misterioși și charismatici. În dragoste se potrivesc cu nativii din Taur, Rac sau Pești. Pot avea o căsnicie durabilă și frumoasă alături de Pești. În finanțe fac echipă bună cu un nativ din Săgetător, Vărsător sau Pești.

SĂGETĂTOR: ***semn Mutabil, element Foc, guvernați de Jupiter.*** Persoane puternice, independente, greu de supus și aflate în permanentă activitate, nativii Săgetător își pot întâlni sufletul pereche în zodia Berbec sau Gemeni. Alături de un nativ din Gemeni formează un cuplu „nebun", fericit și lipsit de griji. Financiar se potrivesc cu nativii din Berbec, Balanță sau Scorpion.

CAPRICORN: ***semn Cardinal, element Pământ, guvernați de Saturn.*** Nativii acestei zodii sunt ambițioși, au un aer sobru, trist uneori, dând impresia că ar fi persoane cu multă experiență de viață. În dragoste se potrivesc cu nativi din Capricorn, Taur sau Rac. Se potrivesc perfect cu nativii Rac, deoarece ambele semne sunt pline de emoții și pot oferi multă dragoste. Financiar fac echipă bună cu zodia Leu, Vărsător sau Pești.

VĂRSĂTOR: ***semn Fix, element Aer, guvernați de Uranus.*** Nativi creativi, independenți și inteligenți, în multe privințe sunt excentrici, pentru că nimic din ceea ce fac nu este obișnuit. În dragoste se potrivesc cu nativi din Balanță, Leu sau Săgetător. Cel mai bine se potrivesc cu un nativ Leu, doar dacă îl vor accepta ca pe un rege. În finanțe se potrivesc cu nativii din Rac, Scorpion sau Capricorn.

PEȘTI: ***semn Mutabil, element Apă, guvernați de Neptun.*** Peștii sunt idealiști, cu o sensibilitate exagerată, romantici și visători, mereu în căutarea unui sfat de la cineva, deoarece le lipsește încrederea în propriile forțe. În dragoste pot găsi sufletul pereche printre nativii zodiilor Taur sau Rac. Alături de un nativ Rac pot încheia o căsnicie exemplară. În finanțe se potrivesc cu nativii din Balanță, Scorpion sau Capricorn.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Fizica misterioasă a lucrurilor banale ■ Miracolele din viața lui Hitler ■ Polinezienii au descoperit Antarctica ■ Sultanul cu o mie de copii ■ Întâlniri OZN recente ale unor aviatori ■ Sciatica, ameliorată prin exerciții ■ La filmul lăudat să nu te duci cu sacul!

HOROSCOP

28 iunie – 4 iulie 2021

BERBEC 21.03-20.04

Acum Marte vă influențează și vă dă multă energie, iar încrederea în sine va fi puternică. Veți fi mai eficienți și mai competenți ca de obicei. Săptămâna aceasta veți face exact ce vă doriți.

TAUR 21.04-21.05

Viața de familie primește destulă energie ca să creeze puțin haos și confuzie. Primiți vizita unor rude, vă ocupați de renovări sau de niște schimbări de rezidență și totul va fi ca o provocare. Aceste evenimente ar putea chiar să creeze tensiuni în cadrul familiei.

GEMENI 22.05-21.06

În aceste zile ritmul vieții se va accelera și veți deveni mult mai direcți și mai hotărâți când comunicați. Cu alte cuvinte, veți spune deschis care este părerea dumneavoastră, însă va trebui să țineți seamă de ce și cum vorbiți.

RAC 22.06-21.07

Săptămâna aceasta sunteți fermecători și diplomați. Este momentul prielnic să faceți achiziții pentru garderobă. Veți lucra din greu să faceți bani dar, în același timp, îi cheltuiți rapid. Atenție să nu deveniți risipitori!

LEU 22.07-22.08

Acționați mânați de dorința de a lucra din greu pentru a vă îndeplini dorințele. Energia de care dispuneți este puternică și veți realiza multe. Singurul dezavantaj este că din prea mult entuziasm ați putea deveni sarcastici.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Zilele acestea vă veți alătura unui grup de prieteni și vă veți simți minunat. Se pare că toată lumea vă iubește. Va trebui totuși să fiți prudenți, deoarece o persoană din anturaj nu apreciază stilul dumneavoastră de a acționa și de a vorbi.

BALANȚĂ 23.09-22.10

În aceste zile, Marte intră în Casa Prieteniilor, ceea ce înseamnă că sunt încurajate activitățile competitive. Deși se pare că nu veți accepta ușor ideile altora, va trebui să coordonați cu nevoile altora.

SCORPION 23.10-21.11

Înflăcăratul Marte se mută în partea de sus a graficului dumneavoastră, ceea ce vă va trezi cu siguranță ambiția. Acum veți porni un proiect important, motiv pentru care veți lucra extrem de mult ca să îl realizați. Succes!

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Dispuneți de multă energie fizică, motiv pentru care vă veți bucura de încredere sporită și vă veți simți mult mai competenți și mai eficienți. Sunteți călătorii zodiacului, așa că veți fi încântați să călătoriți și să explorați lumea din jur.

CAPRICORN 22.12-19.01

În această săptămână, Marte se mută în una dintre Casele Banilor, indicând potențiale dispute cu privire la o moștenire, o proprietate comună, impozite, datorii sau o problemă cu o asigurare.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Vă veți bucura de ieșiri și activități distractive alături de copii. Veți accepta toate invitațiile pentru a vă distra bine, iar relațiile cu colegii de muncă sunt calde, ceea ce este satisfăcător. Important este că acum aveți curajul să vorbiți și să spuneți adevărul!

PEȘTI 19.02-20.03

Marte se mută în partea de sus a graficului dumneavoastră, iar acest lucru înseamnă că veți lucra eficient și cu perseverență la orice sarcină primită. Sănătatea se va revigora. În weekend, un animal de companie vă va solicita mai mult atenția.

Nativul săptămânii: **GEORGE WASHINGTON GOETHALS** (29.06.1858 – 21.01.1929)

A fost un general al armatei Statelor Unite și inginer civil. Acest nativ al zodiei Rac este cunoscut mai ales pentru administrarea și supravegherea construcției și deschiderii Canalului Panama.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noștri opiniile legate de conținutul revistei, apelați numărul de telefon: 0213178965

Preț abonament

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	9,00 LEI
❑ 2 LUNI	18,00 LEI
❑ 3 LUNI	27,00 LEI
❑ 4 LUNI	36,00 LEI
❑ 5 LUNI	45,00 LEI
❑ 6 LUNI	54,00 LEI

Abonamente 2021

Modalitățile de abonare sunt următoarele:

1. Achitarea printr-un mandat poștal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piața Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, București, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.
2. Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
   – RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
   – RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Prețurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poștală de expediere sau comisionul bancar.

Abonați-vă la revista Magazin direct la redacție!

În cazul în care nu specificați data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poștal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poștei Române (cel târziu în ziua de marți a săptămânii următoare celei de apariție).

Abonamente 2021

Pentru informații suplimentare vă rugăm să sunați la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 38 euro sau 45 $,
– 6 luni: 75 euro sau 90 $,
sume virate în conturile societății, enumerate alăturat.

MANDAT POȘTAL

DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piața Presei Libere Nr. 1
Bloc ... Scara ... Etaj 1 Ap. ...
Cod 013701 Localitatea București
Jud./Sect. 1 Tel. ...
C.N.P. ...
Expeditor ...
Localitatea ...
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. ...

TELEFON RECLAMAȚII ABONAMENTE 0722625622